WEGE ZU WISSEN UND WOHLSTAND

oder

Lieber krankfeiern als gesund schuften



Vorwort

Dieses Buch wurde am 30.11.80 im mehreren Hamburger Buchläden (Arbeiterbuch, Cafe und Buch, H.Heine, Nautilus) sowie bei den presserechtlich verantwortlichen Verlagen Libertäre Assoziation hamburg und Roter Funke Bremen beschlagnahmt. Als begründung wurde lediglich angegeben, es fordere gemäß § 111 StGB zur Begehung strafbarer Handlungen auf. Die im Anhang abgedruckte Beschlagnahmeverfügung bezeichnet weder die strafbare Handlung noch bezieht sie sich auf Textstellen im Buch.
Es handelt sich unserer Meinung nach um eine sehr willkürliche Zensurmaßnahme, die die Verbreitung dieses Buches wegen seiner inhaltlichen Ausrichtung unterbinden soll und die betroffenen Verlage und Buchläden mit Strafe bedroht.
Wir werden uns gegen diese Vorwürfe und Beschlagnahmeaktionen mit allen juristischen Mitteln zur Wehr setzen. Zusätzlich haben wir uns - wie im Falle des Bommi-Baumann-Buches - zu einer gemeinschaftlichen Herausgabe entschlossen, um deutlich zu machen, daß wir derartige Zensurmaßnahmen nicht widerstandlos hinnehmen.
Jede neue Auflage wird um einen dokumentarischen Teil ergänzt, der über die laufende Auseinandersetzung mit der Justiz und der Polizei informiert.

.... HIER PRÄSENTIEREN WIR
EXKLUSIV FÜR DIE WERTE LESERSCHAFT:
DIE AUTOREN DIESES WERKES!
v.l.n.r.: * DR. A. NARCHO *
* DR. MARIE HUANA *
* PRIVATDOZENT DR. KIFF-TURNER *
SIE SEHEN DIE DREI INTERNATIONAL ANERKANNTEN
KAPAZITÄTEN BEI EINEM HEROISCHEN
SELBSTVERSUCH....



INHALTSVERZEICHNIS

TEIL III Tricks und Tips gegen Arzt und Kasse

TEIL IV Was wir unbedingt noch sagen wollen



W A R N U N G !

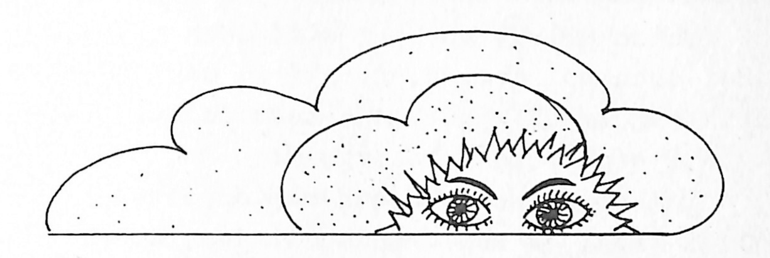
Dies ist ein Buch, in dem steht, wie du leicht zu einer Krankschreibung kommen kannst;
ES IST KEIN MEDIZINISCHES NACHSCHLAGEWERK !!!

Wenn du etwas über Beschwerden, die du gerade hast, lesen willst, nimm andere Bücher!



T E I L   I

Zur Einführung in den "Problemkreis"



DIE VERLORENE ZEIT

VOR DEM TOR ZUR FABRIK
HÄLT DER ARBEITER PLÖTZLICH AN
DAS SCHÖNE WETTER HAT IHN AM ROCK GEZUPFT
UND ALS ER SICH UMWENDET
UND DIE SONNE BETRACHTET
DIE ROT LEUCHTET UND BLENDET
LÄCHELND IM BLEIGRAUEN HIMMEL
ZWINKERT ER IHR VERTRAULICH ZU
SAG KAMERAD SONNE
MEINST NICHT AUCH DU
MAN SOLLTE SICH VERDAMMT BEDENKEN
EINEN SOLCHEN TAG
DEM CHEF ZU SCHENKEN?

(Jacques Prévert)

WAS DIESES BUCH SOLL oder
HILFE ZUM AUSSTEIGEN AUS DEM KRANKMACHENDEN TROTT

4 Wochen Urlaub im Jahr sind doch einfach zu wenig..
Sei doch so gesund,"krank" zu machen, ehe du
richtig krank wirst.Dann hast du mal Zeit zum
l e b e n und überlegen !

Das wird aber,einfach mal so,schwer möglich sein, es sei denn,du findest einen Arzt,der dich zum Ausspannen krankschreibt.Hast du nicht einen solchen, so bleibt dir halt nur die Möglichkeit den Ärzten das zu erzählen, was sie auch hören wollen. In der Medizin herrscht noch weitgehend die Meinung, daß Krankheit immer sichtbare, nachweisbare Veränderungen mit sich bringt;das sind die sogenannten "objektiven Befunde" nach denen die Ärzte immer so detektivisch suchen.
Bei manchen Krankheitsbildern gibt es nun viele "objektive Befunde", andere haben ein paar,müssen sie aber nicht unbedingt haben.In diesem Buch findest du einige "krankheiten", die sich unserer Meinung nach eignen,eine Krankschreibung zu erreichen.Also Sachen, die sich nicht so leicht im Rahmen der Schulmedizin entlarven lassen.

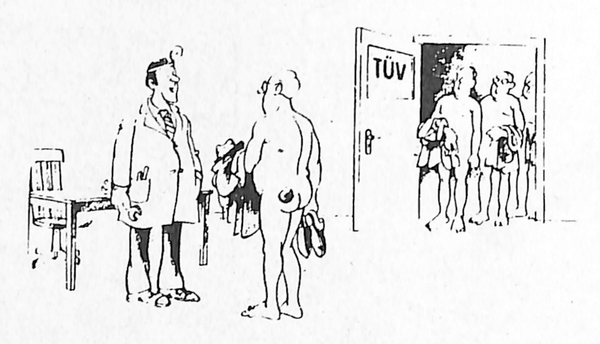
Du hast selber schon die eine oder andere Krankheit und die damit verbundenen Schmerzen und Beschwerden gehabt. Vielleicht warst du damals auch nur leicht krank, dennoch weißt du Bescheid,wie und wo das alles gewesen ist.Sowas kannst du ausbauen!
Komplizierte Krankheitsbilder lassen sich für dich am einfachsten darstellen, wenn du sie schon mal gehabt hast oder jemand von deinen Bekannten dir genau erzählt, wie bei ihm/ihr die Beschwerden

waren. Trifft das bei dir nicht zu, so suche dir für den Anfang eine Krankheit aus, die wir ausdrücklich als leicht darzustellen gekennzeichnet haben.
Lies dir das Krankheitsbild genau durch und achte noch mal auf den "Allgemeinen Teil". Präge dir die Tricks ein mit denen du von Seiten der Ärzte bei der Untersuchung zu rechnen hast und spiele das Ganze mehrmals jemandem vor.
DAS MÜSSTE EIGENTLICH DEN BEGEHRTEN GELBEN SCHEIN BRINGEN !



Die Arztpraxis: Hexenküche, Folterkammer, Mythos, Reparaturwerkstatt, Dienstleistungsbetrieb, Nepplokal?

Ärzte haben häufig ein einzigartiges Image. Unter der Vorstellung, daß sie "heilen", dürfen sie über weite Strecken über das Leben der Patienten entscheiden. Ob sie krankgeschrieben werden müssen, auch wenn sie nicht wollen, oder nicht, obwohl sie sich nicht wohl fühlen, ob sie jetzt ins Krankenhaus müssen, auch wenn sie gerade mal verreisen wollen. Obwohl es um wichtige Entscheidungen geht, wird dem Patienten fast nichts erklärt, sondern mit "es muß sein" abgehakt. Auch wenn die Entscheidung des Arztes ein Irrtum war, der Patient nicht geheilt wird, oder nach der überflüssigen Operation das Krankenhaus als Verstümmelter verläßt, erfährt er es entweder gar nicht oder die Fehlentscheidung wird oft genug auch nachträglich stocksteif für richtig reklärt. Medizin, wie sie gehandhabt wird, funktioniert sowieso nur als Reparaturbetrieb. Daher ist das Wenigste, was man erwarten kann, die gleiche Aufklärung und Entscheidungsfreiheit wie bei einer Autowerkstatt.



Der Patient gibt seine Beschwerden an, der Arzt erklärt, welche Möglichkeiten er sieht, der Sache auf den Grund zu kommen und welche Behandlungsvorschläge erhat, die seiner Meinung nach Erfolg versprechen. Der Patient entscheidet nach der Beratung unter Berücksichtigung seiner persönlichen Situation, auf welche Untersuchungs- und Behandlungsvorschläge er sich einlassen will, die dann vom Arzt durchgeführt werden.

Solange man Gesundheitsstörungen hat und noch nicht eine richtige chronische Organkrankheit, muß man lernen, richtiger und sorgsam mit sich umzugehen (z. B. öfter mal sich von der Arbeit erholen und sich gegen die Bedingungen in dieser Gesellschaft zu wenden). Der Arzt kann dabei seine Hilfe und Hilfsmittel anbieten, gesund werden muß jeder selbst.

So wird die Medizin zum Dienstleistungsbetrieb, in dem der Patient als gleichberechtigter Partner eine fachlich gründliche Beratung und Behandlung bekommt, alle Entscheidungen aber selbständig trifft.

In dieser Betrachtungswei se ist die Krankschreibung auf Wunsch nichts, wofür man einem verständnisvollen Arzt dankbar sein müßte, weil er einem und sich die Schmierenkomödie erspart, sondern die Krankschreibung wäre selbstverständlich; wenn die Patienten weitergehende Betreuung ärztlicherseits für nötig hielten, würden sie ihren Wunsch schon äußern.

Die Anamnese oder der Gang zum Arzt



Die durchschnittliche Zeit, die du dich im Sprechzimmer aufhälst, dürfte so zwischen zwei und acht Minuten liegen. In dieser Zeit sollte die Ärztin dich untersuchen, sowie die sogenannte Anamnese erheben, das heißt, dich über deine Beschwerden befragen und auch die für die Krankheit wichtigen Hintergründe erforschen. Das alles geht aber höchstens in einer halben bis dreiviertel Stunde und nicht in besagten zwei Minuten.

DIE ZEIT DIE DU IM SRECHZIMMER VERBRINGST IST VIEL ZU KURZ UM ZU EINER GRÜNDLICHEN DIAGNOSE ZU KOMMEN !

Die Ärztin versucht also, einige wesentliche Punkte - für die Diagnosestellung- aus dir herauszukitzeln und bildet sich nebenbei eine Vorstellung, was für eine Art Mensch du seist. Insbesondere, in wieweit du deine Beschwerden übertreibst oder garnicht hast oder auch untertreibst usw..

In diese Würdigung deiner Person geht natürlich auch die Person der Ärztin mit ein. Z.B.: Eine reaktionäre Ärztin, die sowieso denkt, alle Langhaarigen sind arbeitsscheu, wird das auch von Dir denken, so du lange Haare hast.

In dem speziellen Fall, daß du krankgeschrieben werden möchtest, obwohl du nichts oder nur wenig hast, gilt es nun die besondere Situation beim Arztgespräch zu kapieren und für dich auszu-

nutzen.
DAS ZIEL IST NÄMLICH -zumindest bei reaktionären Medizinern,- DASS DER ARZT VON DIR DENKT,DU SEIST PRINZIPIELL ARBEITSWILLIG,ABER JETZT WIRKLICH KRANK!
Das Ganze hat so etwas von Theaterspielen an sich,und du mußt deine Rolle auch ernst nehmen, sonst geht es schief.
Mediziner sind durch ihre Ausbildung gut dressiert; wenn du ihnen bestimmte Sachen erzählst,fällt bei ihnen eine Klappe, das ist dann die Diagnose. Du mußt nur die richtigen Beschwerden aufzählen,damit die richtige -von dir gewünschte Klappe- fällt. Viel Spaß dabei!
So wie dieses Heftlein n i c h t als Nachschlagewerk für wirklich Kranke gemeint ist,so sind auch manche Tips von uns gemeint, die darauf beruhen, die Vorurteile der reaktionären Ärzteschaft für dich, gegen sie zu benutzen. Das heißt nicht, daß wir diese Vorurteile teilen! Beispielsweise der ganze Bereich der sogenannten "Frauenleiden" ist von dem Hauch des unausgesprochenen "die Frauen spinnen sowieso" umgeben.Sicherlich ein Ausfluß der männerbestimmten frauenfeindlichen Medizin. Das heißt aber nicht,daß du nicht prima ein paar Monate "auf Eierstock-Entzündung" krank machen kannst! --Klar genug?---



WORAN ERKENNEN MEDIZINER SIMULANTEN ?

- Daran, daß Beschwerden, die du schilderst offensichtlich übertrieben sind. z.B. du sagst, es geht dir dreckig und hast dolle Schmerzen, grinst aber dabei oder machst einen gesunden kraftvollen Eindruck.
- wie du dich bewegst, dich ausziehst, redest, das passt nicht zu dem Bild einer Kranken.
- daran, daß eine Krankheit beschrieben wird, die offensichtlich bestimmte Befunde, d.h. Veränderungen im Blutbild, Röntgenbild, oder bei der Untersuchung haben muss, aber nicht hat. Das kann bei den Krankheiten aus diesem Rathgeber wohl kaum passieren.

Sind Mediziner erst mal misstrauisch geworden, gibt es besondere Tricks Simulanten herauszufinden:

Sie erklären, wenn du die und die Krankheit, die du angibst habest, dann müsstest du auch noch die und die Beschwerden haben. Wenn du dann sagst so ist es auch bei dir, dann bist du unter Umständen aufs Glatteis gegangen.

Sie führen bestimmte Untersuchungen bei dir durch, die für dich mit Schmerzen, Risiko oder körperlichen Schäden verbunden sind, entweder um dich zu schikanieren oder auch um mehr "objektive Befunde" zu haben.

Dann gibt es noch ganz besondere Tests um dich zu überführen, z.B. du sagst, du hast Schmerzem in der Halswirbelsäule, so daß du den Hals nicht drehen kannst, dann lenken sie dich mit

anderen Untersuchungen ab und sprechen dich plötzlich von der Seite an: "Ach Frau Soundso !" Wenn du dann schnell den Kopf drehst und hinguckst, bist du praktisch auch überführt.
Aber um solche Tests auszuführen, muß so ein Arzt auch schon ein ganz schön wundes Hirn haben! Die meisten haben auch garkeine Zeit dazu. Vertrauensärsche (ich meinte Vertrauensärzte) kommen manchmal auf so was.
Aber, wie gesagt, die meisten Krankheiten aus dieser Broschüre wurden ja extra nach dem Gesichtspunkt ausgesucht, daß all diese Test dabei nicht hinhauen. Laß dich nicht bangemachen.

Test! Bitte ankreuzen!



untertrieben? richtig? übertrieben?

Vertrauensärztliche Dienststelle

Circa 35o Stück Krankengut
abzüglich 4o% Simulanten und Hypochonder
(von der Statistik dazu bestimmt)
jeder zweite darf sagen wie es ihm geht
jeder nächste ist dran
jeder erste beste wird auseinander-
und wieder zusammengebaut
dabei muß er aus- und einatmen
wenn es ihm merklich schlecht geht
kann die Krankheit bestätigt werden
wenn er einen interessanten Fall darstellt
sieht man ihn sich genauer an
anderenfalls soll er sich nicht anstellen
die Vernehmung wird von grundsätzlichem
Mißtrauen getragen
er soll sich schämen er schämt sich
das Urteil lautet arbeitsfähig

Gefährliche Rückfälle kommen vor
die Methode hat sich bewährt

Nicolas Born

T E I L II

Spezieller Teil-"Krankheitsbilder", leicht gemacht

NIEDRIGER BLUTDRUCK bzw:

NERVÖSER ERSCHÖPFUNGSZUSTAND

PUH!

Wie lange?

Ca. 2-4 Wochen

Wer wird krank? Am besten Leute, die wirklich an niedrigem Blutdruck leiden (häufig große, schlanke Leute), aber auch alle anderen.

Beschwerden:

1. Also, du hattest vor drei Tagen einen Schwäche=anfall. Dabei stand dir der Schweiß auf der Stirn, deine Hände waren zittrig und feucht, dir wurde schwarz vor den Augen, du hattest Herzklopfen und du hast dich so schwach gefühlt, daß du dich hin=legen mußtest. Hattest du nicht vorher auch eine leichte Grippe?
2. Jetzt fühlst du dich schlapp und bist zu kei=nen größeren körperlichen Leistungen fähig. Nach Feierabend kannst du dich eigentlich immer nur noch ins Bett legen, und sonnabends zur Demo schaffst du es nicht mal rechtzeitig raus aus dem Bett.
3. Geistig ist auch nur wenig drin, kannst dich nicht konzentrieren.
4. Nach längerem Liegen wird dir beim Aufstehen immer schwarz vor den Augen und etwas schwindelig, manchmal sogar auch nach dem Bücken. Morgens ist alles immer etwas schlimmer als abends. Das hast du auch sonst öfters.
5. Du brauchst viel Schlaf, schläfst dann aber oft unruhig.
6. Hast häufig kalte Hände, kalte Füße, auch ein bißchen feucht.


ALSO, DIESE METHODEN, ZU 'NEM KRANKENURLAUB ZU KOMMEN, SIND NICHT NUR SCHÄDLICH, SONDERN AUCH VÖLLIG ALTMODISCH...
...AB SOFORT BRAUCHT IHR EUCH NUR NOCH EIN PAAR SYMTOME ZU MERKEN!
Dr. med
UÄRX!
S
P
SEIFE
ABWÄRTS
STOß' ZU, UND RUF DANN DEN UNFALL-WAGEN!
NNGRRRRAAA
BRUTZEL!

Wenn es ganz schlimm wird, bist du womöglich "im=potent" oder "frigide", als Frau hast du vielleicht außerdem Regelstörungen.
8. Jetzt beim Arzt ist alles weniger (du bist ja auch aufgeregt!)

Wenn du vorher sicher sein willst, daß dein Blut=druck zumindest nicht höher als normal ist, laß ihn verher für Investitionskosten von DM 1.- in der Apotheke messen.

<u>Was (unter)sucht unser Dockterchen?</u>
1. Blutdruckmessen. (Zur Beruhigung-das beherrscht er-tut auch nicht weh-ist auch nicht schädlich). Dabei gibt's immer zwei Werte: im Mittel 120/80. Niedrig bedeutet: Oberer Wert unter 110, hoch: Oberer über 160, unterer über 110. Sind also viele Möglichkeiten. Wenn deine Werte krankhaft verän=dert sind, macht es deine Beschwerden glaubhafter (ohne daß du gleich Angst haben mußt, wirklich krank zu sein), wenn nicht, Pech- du brauchst aber trotzdem Erholung!3 Wochen Krankschreibung werden auch dann in Fachbüchern meistens zugebilligt.
2. Bei besonderer kriminalistischer Ader wird er den Blutdruck nun auch noch im Stehen messen, vielleicht sogar mehrmals hintereiander. Wenn der Blutdruck nicht richtig reguliert wird, gibt es charakteristische Veränderungen, die du nicht will=kürlich beeinflussen kannst. Ist aber sowieso egal.
3. Herzabhorchen-normal.
4. Dann evtl. EKG (elektrische Herzableitung-harm=los-kann man immer machen lassen). Macht er aber erst nach 2 Wochen oder so. Vielleicht dazu auch Überweisung zum Facharsch für Innere Medizin.

EKG vielleicht auch im Stehen. Wenn er da was fin=
det, keine Angst: kommt auch bei Gesunden vor.
Vielleicht macht er sogar noch ein sogen. "Belas=
tungs-EKG". Da mußt du wie auf einem Fahrrad in
die Pedalen treten und dich anstrengen. Wenn auch
hier nichts zu finden ist, wirst du wahrscheinlich
bald wieder gesund geschrieben.
5. Bei besonderer Gründlichkeit (vor allem auch,
was Kohle angeht) mal wieder Blutabnahme. Immer
machen lassen.

Woran denkt der Schlaumeier

1. Fehlregulation des unwillkürlichen Nervensys=
tems. Haben heutzutage soviele! Der ganze Krach,
Gestank, Streß, Hektik, Leistungsdruck.....
2. Versteckte Depression. Wenn du darauf reiten
willst, kannst du das ganze natürlich länger aus=
dehnen. Da sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt.
Nur immer düster müssen deine Gedanken dann sein.
Und Achtung: Da kriegst du schnell 'nen Stempel
aufgedrückt, der dich in Zukunft begleiten wird.
3.Wenn Du den Schwächezustand angegeben hast, an
Stoffwechselstörung, z.B. Zuckerkrankheit.

Behandlung

Tabletten - in die Mülltonne.
Evtl. Spritzen - verweigern.
Schwimmen gehen, Gymnastik, vielleicht kriegst du
auch Bäder oder Massagen verschrieben. Alles prima.

Kontrollarsch

Auch hier solltest du dein Bestes versuchen und
ruhig mal hingehen. Wenn du sehr leidest, wirst
du wahrscheinlich auch von ihm zumindest für kurze

Zeit als krank angesehen. Allerdings sind diese Früchtchen mit Psychodiagnosen hier schnell bei der Hand. Das solltest du bedenken, wenn du noch einmal im öffentlichen Dienst oder ähnlich anrüchigen Gesellschaften zu Brot und Ehren kommen willst.

Warnhinweise

Keine Spritzen, keine Punktionen, keine Strahlenuntersuchungen machen lassen außer höchstens Lunge röntgen.

Falls einzelne krankhafte Sachen festgestellt werden, laßt euch nicht verrückt machen! Kein Körper ist perfekt, krank seid ihr deshalb noch lange nicht.

Wenn du nichts vom Schwächezustand erzählt hast, ist der gelbe Zettel hier nicht immer automatisch garantiert, evtl. mußt du das Thema selber ansprechen. Dafür kannst du aber öfter damit kommen.





Wie lange: maximal eine Woche, dafür aber häufig!
Wer wird krank: Jede und jeder. Außerdem leiden wirklich viele darunter und arbeiten damit!
Beschwerden:
1. Es beginnt damit, daß du gereizt und unausge= schlafen aufgewacht bist.
2. Zum Frühstück hast du kaum was 'runterbekommen, weil dein Magen wie zugeschnürt war.
3. Nachdem du dich so eine halbe bis zwei Stunden 'rumgeschleppt hast, haben dann die Kopfschmerzen begonnen.
4. Diese haben folgende Eigenschaften (zutreffen= des ankreuzen):
-dumpf-drückend und pulsierend bis bohrend pulsie= rend
-einseitig oder beidseitig
-besonders stark im Bereich der Stirn, Schläfe(n), des bzw. der Augen.
5. Du wurdest gegen Licht empfindlich und mußtest die Gardinen vorziehen.
6. Lärm konntest du ebenfalls nicht ertragen
7. Allmählich wurde dir schlecht, schlimmstenfalls mußtest du gallig (gelb, bitter) erbrechen, wobei du Schweißausbrüche hattest.
8. Weil die Kopfschmerzen nicht weggegangen sind und dir ab und zu noch mal schlecht wird, bist du nach ein oder zwei Tagen zum Arzt gegangen.
9. Du hast solche Migräneanfälle schon öfters ge= habt, oft-aber nicht unbedingt-nach Alkohol (ein Glas Wein reicht aus), nach Streß, Wetterwechsel, bei Frauen gekoppelt an die Periode.

10. Es kann aber auch später begonnen haben: Nach dem Mittagessen hattest du dich plötzlich unruhig und unkonzentriert gefühlt, bis nach einer oder an=derthalb Stunden Kopfschmerz und Übelkeit sowie die übrigen Beschwerden eingesetzt haben ...

Was untersucht der Magier in Weiß:

Blutdruck, Blutabnahme. Wenn du's oft hast, läßter vom Neurologen 'ne sogenannte "Hirnstromuntersu=chung" an dir machen-völlig harmlos-, um eine Epi=lepsie auszuschließen.

Woran denkt er:



Die Migräne tritt anfallsartig auf. Sie ist eine Funktionsstörung der Gehirnschlagadern: sie äußert sich zuerst 1/2 bis 2 Stunden lang in einer unzu= lässigen Verengung; danach für Stunden bis Tage in einer (noch unzulässigeren) Erweiterung dieser Adern, wodurch die Kopfschmerzen entstehen.

Du kannst bei dieser Krankheit ruhig offen die Diagnose "Migräne" aussprechen. Schließlich ist sie ja schon öfters an dir diagnostiziert worden, und in deiner Familie leiden auch mehrere daran.

Er kann, da es auch schwerste Formen der Migräne mit Organstörungen geben kann, dich auch nach Be= schwerden wie Augenflimmern, schweren Sehstörungen, Sprachstörungen oder Kribbeln in Händen und Armen fragen. Würde ich alles verneinen, gibt nur Schere= reien, und mehr als eine Woche liegt sowieso nicht drin.

Therapie: erfolgt mit Medikamenten, Spritzen ableh= nen. Am besten, du sagst gleich mit, du wolltest ganz bestimmte Tabletten (oder Zäpfchen zusätzlich, wenn dir sehhr übel ist) von ihm verschrieben be= kommen, weil die dir immer geholfen haben, z.B. Cafergot, Dihydergot, oder Migräne-Cranit (heißt wirklich so); auch"normale"Schmerzmittel wie Gelo= nida, Spalt, Optalidon - alles in den Müll.

KONTROLLARSCH :

Dürfte dir erspart bleiben, da meist nur eine Woche. Wenn es dich doch erwischt, geh' hin, wenn du dich stark genug fühlst. Je mehr Leute zum Vertrauensarsch müssen, desto weniger schafft er seine Kontrollen.

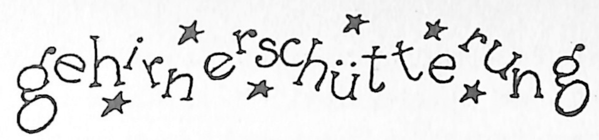
Warnhinweise:

Keine Spritzen, keine Röntgenuntersuchungen, schon gar keine Röntgenuntersuchung der Gehirnschlagadern- sonst schleunigst Arzt wechseln.

Noch ein Tip:
Wenn du ihm einen Gefallen tun willst (oder um dich sicherer zu fühlen), solltest du einen "verkaterten" Eindruck machen und blaß aussehen, also die Nacht vorm Arztbesuch wenig schlafen und die Augenlider ein wenig anspannen wie bei grellem Tageslicht.

Übrigens: Im Jahre 1970 wurde die englische Wirtschaft allein durch Migränekrankschreibungen um 3 Millionen Pfund Sterling geprellt-saubere Arbeit, Hut ab!





Hier gibt es zwei Möglichkeiten: die erste ohne konkreten Unfall, aber mit den Beschwerden einer Gehirnerschütterung, die zweite Möglichkeit, wenn du tatsächlich einen Unfall mit einer Kopfplatz=wunde oder Beule gehabt hast.

Die erste Möglichkeit:

Wie lange: 2 bis fünf Wochen
Wer kriegt's: Jede Person. Beim Ersinnen des Un=fallherganges sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt, z.B. kannst du die Treppe herunterge=stürzt sein (der rechte Fuß ist schon wieder in Ordnung), vom Fahrrad gefallen o.ä.
Beschwerden:
1. Du hattest einen "Filmriß" von vielleicht einer halben bis einer Minute, und zwar kannst du dich an das, was unmittelbar vor bzw. nach dem Unfall geschehen ist, über haupt nicht mehr erinnern-ist einfach weg. Ein schlapper Dämmerzustand reicht da nicht aus!
2. Dann ist dir langsam übel geworden, du hast dich ein paarmal übergeben müssen.
3. Gleichzeitig haben starke Kopfschmerzen ein=gesetzt.
4. Dir ist schwindelig geworden, du mußtest dich hinsetzen oder hinlegen.
5. Zuhause hast du dich dann ins Bett gelegt, vielleicht am nächsten Morgen wieder übergeben, weiterhin Kopfschmerzen.
6. Spätestens am zweiten Tag solltest du, nachdem du dich wieder übergeben hast und die Kopfschmer=zen keinen Deut besser geworden sind, zu jenem

weißbekittelten Besitzer eines Bungalows auf Sylt begeben und ihm von deinem Unglück erzählen. Ein kleines Beulchen wär' nicht schlecht.
Was untersucht er: Wenn du einen den Kopfschmerzen entsprechenden Eindruck machst, wird er nix groß untersuchen, höchstens dir mit der Taschenlampe in die Augen funzeln, Blutdruck messen und Reflexe abklopfen, um dich mit seinen umfangreichen Kennt= nissen zu beeindrucken.
Woran denkt er: An Gehirnerschütterung, ganz wie er soll. Er kann zumindest 2-3 Wochen nicht das Ge= genteil beweisen.
Therapie: Bettruhe, Tabletten. Spritzen ablehnen. Vielleicht kommt er auf den Trichter, deinen Schä= del röntgen zu lassen (Strahlenbelastung gering, aber immerhin Strahlen.)

Kontrollarsch: Schreibt dich angesichts des nicht so schweren Unfalls vermutlich wieder gesund.

Zweite Möglichkeit:

Wenn du tatsächlich in einen Autounfall oder einen ähnlichen Unfall verwickelt bist, immer auch die Beschwerden einer Gehirnerschütterung angeben.
Wie lange: 2 bis 4 Monate.
Wer kriegt's: Jede Person, die einen (Auto)unfall gehabt hat.
Beschwerden: Wie oben, also:
1. Bewußtseinsverlust ("Filmriß")von ein paar Mi= nuten für die Zeit um den Umfall.
2. Übelkeit und Erbrechen
3. Starke Kopfschmerzen
4. Schwindelgefühl.

Was wird untersucht: Üblicherweise kommst du ja nach einem Unfall in ein Unfallkrankenhaus. Bei deinen Beschwerden kommt sogar ein Chefarsch auf Gehirnerschütterung. Auch hier wird Blutdruck, Reflexe und Pupillen usf. untersucht. Bestimmt wollen sie auch deinen Schädel röntgen-würd' ich unter den vorhin genannten Bedingungen schon machen lassen. Anschließend wollen sie dich "zur Beobachtung" ein paar Tage dabehalten, bis Übelkeit und Kopfschmerzen weg sind. Du kannst aber in jedem Fall nach Hause, wenn du ihnen einen Wisch unterschreibst, daß du "auf eigene Verantwortung" und sogar "gegen ärztlichen Rat" das Krankenhaus verläßt. Kannst du bedenkenlos unterschreiben, schließlich willst du dich ja nicht darauf berennen lassen. Außerdem geben sie dir einen Bericht mit.

Wenn du da raus bist, mußt du dich vom guten alten Hausarzt weiterbehandeln lassen. Da es dir ja nun noch sehr schlecht geht, solltest du das erste Gespräch mit ihm telephonisch führen und ihm den Unfall-Krankenhausbericht über einen Freund oder eine Freundin zukommen lassen. Den ersten gelben Schein kann er dann ja auch ihm oder ihr gleich mitgeben. Danach kannst du dich ja mal persönlich zu ihm hinschleppen. Er wird dann ebenfalls seine Klopf- und Meßkünste an dir auslassen, aber unbesorgt-die Diagnose steht ja schon fest (im Krankenhausbericht).

Du hast nun folgende Beschwerden:

1. Ständig Kopfschmerzen
2. Anfallsweise Übelkeit und Erbrechen; Schwindelgefühle besonders nach dem Aufstehen
3. Konzentrationsstörungen stehen jetzt im Vorder=

grund; kein Flugblatt kannst du zuende lesen, ge=
schweige denn eins schreiben.

4. Fühlst dich schlapp, kriegst nix zuende.
5. Bist gereizt und leicht reizbar
6. Helles Tageslicht kannst du nicht ertragen
7. Einmal hast du 'ne Flasche Bier oder 'n Glas Wein getrunken, danach ist dir aber schwer übel geworden, hast erbrochen und ganz dicke Kopfschmer=zen bekommen.
8. Da es zunächst lange Zeit nicht besser wird, wirst du natürlich immer depressiver-was soll aus dir werden, wenn's nicht besser wird?

Nun kann es sein, daß er dich irgendwann zum Fach=arsch für Neurologie schickt; dem erzählst du das=selbe-und auch er ist machtlos, was seine Diagnos=tik und seine Heilkünste betrifft. Vielleicht macht er mal eine sogenannte "Hirnstromuntersuchung"(EEG), völlig harmlos.

<u>Therapie:</u> besteht in Bettruhe, Schonung und Abwarten. Wahrscheinlich wirst du eine Menge Tabletten ken=nenlernen-immer weg damit in die Hausapotheke für den nächsten Kater, oder in die Mülltonne.

<u>Kontrollarsch:</u> auch er ist machtlos, aber prinzipi=ell mißtrauisch. Aufpassen, er neigt leicht zu Psy=chodiagnosen wie "Depression"!Sowas kann lange an dir haften bleiben. Als Tip: Dann lieber kurzfristig eine Besserung eintreten lassen, dafür dann aber öfters Migräneanfälle (s. dort) bekommen-ein sol=cher Zusammenhang zwischen Gehirnerschütterung und Migräne ist "wissenschaftlich" erwiesen-und recht ergiebig!

<u>Warnhinweise:</u> Blutabnahmen ja, Spritzen nein. Wei=tergehende Untersuchungen wie beispielsweise eine

röntgenologische Untersuchung der Hirnarterien strikt ablehnen.
Bist du in einer Betriebskrankenkasse versichert, aufpassen: die Schweinebande macht Kontroll-Haus=besuche!
<u>Fast hätt' ich's vergessen:</u> Die Gehirnerschütterung läuft (im Gegensatz zur Hirnquetschung) ohne Gewebs=zerstörung ab und heilt deshalb normalerweise ohne organische Folgeschäden aus. Manchmal kann eine Mi=gräne nachbleiben (ganz selten Epilepsie).

<u>Noch ein Tip:</u> Hat jemand anders den Unfall verur=sacht, hast du außerdem die Möglichkeit, über Schmerzensgeldforderungen zu Kohle zu kommen. Dei=ne Beschwerden sind ja ärztlicherseits attestiert, du brauchst sie also nur bei der gegnerischen Ver=sicherung geltend zu machen, und es flattern dir 500 oder mehr Mark ins Haus. Also, ich würd' 'n Teil davon dem notleidenden linken Buchladen in der nächsten Stadt geben, oder(im Moment) für Nicaragua spenden.

OBACHT !!
Bei Berufsunfall oder Schmerzensgeld-forderung alles auf-schreiben was ihr gesagt habt,damit ihr das Monate später auch noch wieder-holen könnt.(s.S.87) VORWÄRTS!

Magenschleimhautentzündung (GASTRITIS)

Wie lange ?

Mit einer Magenschleimhautentzündung, also einer Entzündung der Innenhaut des Magens, kannst du so 2-4 Wochen oder länger krankgeschrieben werden.

Wer wird krank ?

Die Magenschleimhautentzündung (oder auch ein Magengeschwür) kann jeder mal kriegen.
Ursachen sollen sein : Bakterien, unverträgliche Speisen, Alkohol oder Medikamente(z.B. nachdem du Aspirin geschluckt hast). Arbeitest du in einem Betrieb, so besteht die Möglichkeit, dort herrschende oder neuverwendete Dämpfe und Gase als Ursache anzusehen. Die Magenschleimhautentzündung (und auch das Magengeschwür) ist das bekannteste Beispiel für eine Streßkrankheit, d.h. du wirst krank wegen der vielen Hektik und Aufregung, die in deinem Leben und insbesondere bei deiner Arbeit HERRSCHEN.
Bei der Magenschleimhautentzündung erkennen sogar die Ärzte die sozialen und psychischen Ursachen an.

Wir werden gehetzt
bis wir kaputt sind
Wir werden ersetzt
wenn wir kaputt sind
WIR MÜSSEN DA RECHTZEITIG REINSCHLAGEN

Beschwerden :

Du kannst erzählen: seit gestern oder 3 Tagen ist dir übel, du hast schon gekotzt, du rülpst ewig. Dir fehlt der Appetit und du hast diesen dauernden Druck in der Magengegend, also zwischen Nabel und Rippen. Du kannst auch sagen, daß dieser Druck sich manchmal richtig zu einem Schmerz steigert, dann aber auch wieder abschwillt. Überhaupt würden dir in der letzten Zeit, oder sowieso schon länger, öfters Sachen auf den Magen schlagen, d.h. du erlebst irgend einen Scheiß und bald darauf merkst du, daß du einen Magen im Bauch hast. - Fragt er, ob du früher schon mal was mit dem Magen hattest, sage ruhig "ja", aber du hättest es nie so ernst genommen, es sei nie richtig schlimm gewesen.

Was untersucht der liberale Wischi-Waschi-Typ ?

Beim ersten Mal kann es sein, daß der praktische oder Hausarzt gar nichts untersucht. Dich also nur befragt. Oder sie drückt dir auf deinen Bauch und fragt wo es weh tut. Vielleicht macht sie Laboruntersuchungen von deinem Blut.
Sie wird fragen, ob die Beschwerden nach dem Essen besser oder schlechter werden. Es ist ziemlich egal, was du dann antwortest.
Zu späterer Zeit , so nach 2-4 Wochen oder wenn

der Gang zum Vertrauensarzt ansteht, wird er dich wohl zum Röntgen oder Magenspiegeln schikken wollen. Beim ersten Termin beim Hausarzt solltest du beide Untersuchungen wenn nötig ablehnen. Willst du aber länger krank sein, so entscheide dich für die Spiegelung, die unangenehmer als das Röntgen, aber weniger belastend für den Körper ist.
Da er diese Untersuchung nicht selber machen kann, mußt du dich dann um den Termin beim Facharsch kümmern; und das kann eine angenehme Verzögerung mit sich bringen.

Spiegelung : womit mußt du rechnen ? :
Du mußt am morgen der Untersuchung nüchtern bleiben. Dann gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder wird dir nur der Rachen mit einem Spray betäubt, oder er spritzt dir zudem Valium, was dich den ganzen Tag über drömelig machen würde. Kein Valium bedeutet mehr Würgen und elendfühlen beim (und darum geht es) Schlucken des Schlauches (so dick wie dein Finger), durch den in deinen Magen geguckt wird.
Das Ganze ist für einige sehr, für andere weniger unangenehm.
Willst du das alles nicht in Kauf nehmen, solltest du rechtzeitig wieder "gesund" werden.

Womit rechnet der Privatpilot ?

Er wird bei den von dir beschriebenen Beschwerden erstmal an eine Magenschleimhautentzündung, weil häufig, denken. Da kann er eine

Diagnose
stellen, ohne viel zu untersuchen.
Sprichst du von sich wiederholenden Schmerzen, muß er dich auf ein Magen- oder 12-Fingerdarmgeschwür abchecken.
Zuerst wirst du mal krankgeschrieben für 'ne Woche, in der Hoffnung, daß sich der Magen wieder beruhigt, wenn du etwas Ruhe hast. Je nach Arsch wirst du nochmal krankgeschrieben,oder er wird gleichzeitig noch weiter"abklären"wollen.

Behandlung :

Zuerst gibt dir Herr Doktor ein paar Tabletten, empfiehlt dir wenig und nur leicht verdauliches zu essen. Du sollst dich ausruhen. Ansonsten wird abgewartet.
Der Witz bei der Eventuell anstehenden Magenspiegelung ist folgender: Meist findet der Untersucher eh was, besonders dann, wenn er was erwartet(du sagst ja,daß du Schmerzen hast). Aber selbst wenn er nichts findet,heißt das nicht, daß du simulierst. Es wird als Tatsache angesehen, daß bei vielen Leuten mit Magenbeschwerden keine "Objektiven Befunde" da sind.-
Wie lange du darauf reiten kannst, hängt von deinem Durchhaltevermögen in diesen Untersuchungs- und Befragesituationen ab.

Beim Arzt, der das Vertrauen der Unterdrücker besitzt und der Vertrauen in die Unterdrücker hat

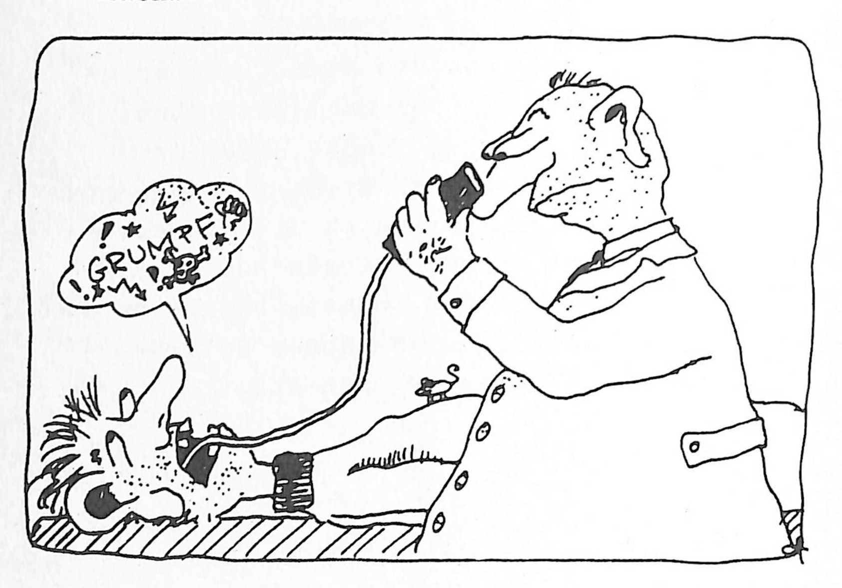
Um von ihm nicht gleich wieder gesundgeschrieben zu werden, kommst du wohl nicht ums Röntgen oder Magenspiegeln herum.

Warnung :

Denk daran, dich, wenn überhaupt, nur spiegeln zu lassen.

Hinweis :

Weiß dein Arzt, daß du schon mal was mit dem Magen gehabt hast, ist das sehr, sehr gut für das nächste Mal. (Aber schon wirklich sehr!)



DURCHFALL, Erbrechen, "Darmgrippe"



Wie lange?

ca. 1 Woche bis 10 Tage

Wer wird krank?

Alle, Frau/Mann, die nicht unbedingt wie blühendes Leben aussehen ....(aber die meisten von uns haben eh' eine etwas fahle Blässe)

Beschwerden:

Also, du hast so seit gestern Durchfall, der ist so flüssig oder wie dünner Brei, hat so 'ne weißlich-gelbliche oder grünliche Farbe. Eventl. kannst du auch noch etwas von Blut- oder Schleimbeimengungen erzählen, aber da wird's schon etwas kritischer, denn beides würde für eine schwerere Darmerkrankung sprechen.

Ja und sonst ist dir im wahrsten Sinne des Wortes kotzübel, das heißt, daß du auch etwas von Erbrechen erzählen solltest, dann hast du krampfartige Schmerzen im Oberbauch, eventl. etwas mehr zur rechten Seite hin, dein gesamter Bauch ist druckempfindlich und an Essen kannst du überhaupt nicht denken,dann kommt dir schon gleich wieder das Kotzen. Du fühlst dich total schwach auf den Beinen, hast das Gefühl, daß du nur im Bett liegen willst und Ruhe brauchst.

Leichte Temperatur zu haben ist auch nicht schlecht.

Was (unter)sucht Frau Doktor?

Sie wird dich danach fragen wann das aufgetreten ist und in dem Zusammenhang ist es gut, wenn du dich vorher schon entschieden hast was du ihr erzählen willst:

- die große Scheißerei ist nach einem besonders aus-


NÖ, GEBURTSTAG HAB ICH NICHT, ABER 'NEN "SCHWEREN DARMINFEKT" UND ZWEI WOCHEN BEZAHLTEN KRANKENURLAUB!
BIER

giebigem Mahl aufgetreten, du hast dir also schlicht und ergreifend den"Magen verdorben"und bist in 3,4 Tagen wieder gesund

- Durchfall/Erbrechen sind ganz plötzlich aufgetreten, du kannst dir gar nicht erklären woher das kommt -- das weist dann mehr auf eine Infektion hin,sei's eine bakterielle oder auch 'ne Viren- od. Pilzinfektion. Es ist möglich, daß du verdobene speisen gegessen hast.

- ja, und dann kannst du noch angeben, daß du dich die letzte Zeit 'eh schon nicht so gut gefühlt hast, hattest vielleicht Ärger beim Arbeiten, Knatsch mit den Leuten mit denen du zusammenlebst ....
--Frau Doktor denkt dann vielleicht an was psychosomatisches oder so ähnlich.

Frau Doktor wird dich jetzt untersuchen, das heißt sie wird dir auf dem Bauch rumdrücken und das tut. dir auch weh, aber du kannst nicht genau angeben wo der Schmerz sitzt, dein gesamter Oberbauch ist empfindlich und tut weh,wenn jemand drauf rumdrückt (aber bitte übertreibe nicht zu sehr mit den Schmerzen, das wird dann gefährlich...). Dann wird sie mit dem Hörrohr noch deine Darmgeräusche prüfen. Bei Durchfall grummmelts immer ganz viel im Darm herum. Dem kannst du etwas nachhelfen wenn,du vorher ganz viel trinkst (Tee, Kaffee...).
Sonstige Untersuchungen stehen beim erstenmal wahrscheinlich nicht an. Du wirst für einige Tage krankgeschrieben. Möchtest du dann noch etwas länger ausruhen, dann mußt du zum nächstenmal vielleicht eine Stuhlprobe mit in die Praxis bringen. Um dann auch tatsächlich eine entsprechende Probe vorweisen zu können mußt du vielleicht mit einem Abführmittel

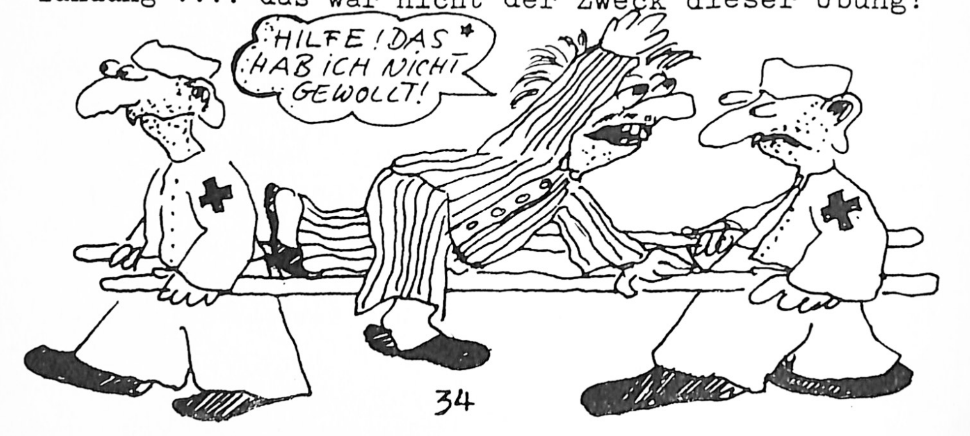
etwas nachhelfen. Die Stuhluntersuchung muß nichts ergeben. Eine Blutuntersuchung kannst du in den ersten Tagen auch ohne Bange über dich ergehen lassen, da eine Verschiebung der Werte erst nach ein paar Tagen auftreten.
Es wird dir wahrscheinlich nicht gelingen länger als 10 Tage mit diesem Krankheitsbild rauszuholen, da nach längerer Zeit Durchfall Symptome anstehen, die du nicht so ohne weiteres vortäuschen kannst. Außerdem gibt's dann auch Veränderungen im Blutbild bei den Natrium und Kaliumwerten, und im Stuhl wird Schleim oder Blut erwartet. Als schlimmstes würde ich jedoch die gesammelten Röntgenuntersuchungen ansehen, die dann auch anstehen würden und die halte ich einfach für zu gefährlich als daß du sie über dich ergehen läßt. Und ablehnen kannst du sie im zusammenhang mit Magen- Darmerkrankung dann auch nicht ohne weiteres.

Behandlung

übliche Medikamentenbehandlung → Medikamentensammlung
Diätratschläge

Warnung

Paß auf, daß du dich nicht plötzlich im Krankenhaus befindest wegen Verdacht auf Blinddarmentzündung !!!! das war nicht der Zweck dieser Übung!



blasen- & nierenentzündung

Wie lange krank ? von 1 bis 4 Wochen .

Wer wird krank?
Praktisch jede/r . Frauen etwas häufiger als Männer;Leute, die bei Kälte draußen rumrennen oder arbeiten;Motorradfahrer/innen; nach langem Baden in kühlen Flüssen kommts auch.

I. DIE BLASENENTZÜNDUNG :

Was schilderst du /Beschwerden:

Brennen beim pinkeln,aber auch noch kurz danach. Es kann sein,daß der letzte Urintropfen etwas rosa oder auch blutig ist (das fällt besonders Typen so auf) oder dir sind rosa/blutige Flecken in der Unterwäsche oder beim Abwischen aufgefallen. Außerdem mußt du häufiger zur Toilette, bestimmt so 10 mal am Tag; selbst nachts wirst du manchmal wach und mußt pinkeln. Obwohl du Harndrang hast pinkelst du immer nur wenig pro Sitzung. Fieber kannst du gemessen haben, du hattest aber keins, oder wenn dann nur abends so um die 38° Celsius.

Na, was macht jetzt unser Medizinmännlein?

Vermutlich nur Beklopfen des Rückens an den Nieren. Hier muß nichts weh tun. Untersuchung des Urins: Wenn du Urin von zu hause mitbringen sollst, dann

nimm nicht den frischen Morgenurin,sondern ruhig den vom letzten Nachmittag, den du schön warm - nicht heiß - gestellt hast. Sollst du an Ort und Stelle den sogenannten Mittelstrahlurin abgeben, d.h. die ersten Tropfen ins Becken pinkeln,weil sie fast immer Bakterien enthalten und den mittleren Teil des Urins abfangen, dann machst du es genau umgekehrt. Du fängst die ersten Tropfen auf jeden Fall mit auf.Laß dir dabei nicht zugucken, sag dann einfach du kannst dann nicht pinkeln. In dem Urin, den du dann abgibst, da sollten schon Bakterien drin sein. Evtl. kannst du noch eine winzige Spur Blut in den Urin zaubern aber allerhöchstens ein kleiner Tropfen auf 1 Liter Urin, sonst fällst du damit auf.
Alle weiteren Untersuchungen ablehnen, siehe bei Warnung.

WAS DENKT DER DIAGNOSECOMPUTER ?

Wenn du dich nicht ganz blöd angestellt hast muß er denken du hast eine Blasenentzündung und das die Gefahr besteht, daß die Entzündung in die Nieren aufsteigt.Wenn du schon häufiger solche Beschwerden gehabt hast, wird er nach Veränderungen in Harnröhre und Niere suchen und dich röntgen lassen wollen.

BEHANDLUNG:

Verordnung von Antibiotika,in die Medikamentensammlung damit!
Verordnung von "viel zu trinken",zwischendurch öfters mal 'ne Urinkontrolle.

WARNUNG VOR DEM ARZTE !!!!!!

NICHT röntgen lassen! Keine Blasenpunktion zulassen! Keine Kathederisierung,keine Blasenspiegelung dulden!



»Der Nächste bitte!«

II. DIE NIEREN BECKEN-ENTZÜNDUNG (Pyelonephritis)

Wie lange? 3bis 5 Wochen.

Wer wird krank ? Leute die eine Blasenentzündung nicht richtig behandelt haben.

<u>Was schilderst du?</u>

Dieselben Beschwerden, wie bei der Blasenentzündung. Außerdem ein dumpfer Schmerz hinten auf dem Rücken, da wo die Rippen aufhören. Außerdem kannst du Fieber gehabt haben, evtl. mit Schüttelfrost und Temperaturen bis zu 40° C. Das mit dem hohen Fieber muß aber am Wochenende gewesen sein und da wolltest du keinen Arzt rufen, bist schön im Bett geblieben und jetzt hast du nur noch abends Fieber hast aber das Gefühl, daß Rumlaufen garnicht gut für dich ist.

<u>Untersuchung:</u>

Beklopfen der Nierenlager (hinten auf dem Rücken) m u ß dir weh tun. Es kann auch nur auf einer Seite sein. (Aber bitte nicht verwechseln!) Fiebermessen, Blutentnahme, Urinuntersuchung siehe b. Blasenentzündung). Alles harmlos!

BEHANDLUNG:

Die gleiche , wie bei der Blasenentzündung. Eventuell sollst du ins Krankenhaus, dann sag, daß du zu hause Leute hast, die dich versorgen können, so daß du im Bett bleiben kannst. (Denk an die Kontrolettis von der Krankenkasse !! die kommen manchmal ja gucken, ob du wirklich im Bett bist ! Mehr dazu steht im "Allgemeinen Teil.)

WARNUNG: Gilt dasselbe, wie bei der Blasenentzdg.

chronische Eierstockentzündung

Wie lange?
Von 4 Wochen bis mehrere Monate, wenn du es geschickt anstellst.

Wer wird krank?
Alle Frauen, am besten jedoch die, die schon mal Unterleibsbeschwerden oder Scheideninfektionen hatten, etwa nach langjähriger Pilleneinnahme.

Beschwerden
1. Du hast Schmerzen im Unterleib bei Druck, besonders natürlich bei der ärztlichen Untersuchung, entweder überall, d.h. an beiden Seiten und in der Mitte, oder nur an einer Seite. Oft auch ständige ziehende Schmerzen.
2. Kreuzschmerzen.
3. Du hast dich in letzter Zeit auch mal fiebrig gefühlt. Beim Messen (rektal) war die Temperatur zwischen 37,5 und 38 Grad. Aber nicht immer.
4. Dich plagen Müdigkeit, Schlappheit, herabgesetzte Leistungsfähigkeit.
5. Mal hast du Verstopfung, dann wieder Durchfall.
6. Dir ist manchmal übel, aber kein Erbrechen.
7. Manchmal brennt es beim Pinkeln.

So nach 3 bis 6Wochen solltest du mal erzählen, was du sonst noch so beobachtest an dir:
8. Du hast so komisch gelblichen Ausfluß.
9. Deine Regelblutungen sind mal viel stärker, mal viel schwächer als sonst, du hast auch Zwischenblutungen und, sofern du die Pille nicht nimmst, kommen sie auch ganz unregelmäßig.

Jetzt geht der trüben Tasse ein Licht auf und

Sie schickt dich zur Frauenärztin.

Was (unter)sucht diese?
Wenn wirklich eine Eierstocksentzündung besteht, kann sie meist eine Spannung im Unterleib tasten, oft auch einen Knubbel rechts oder links neben der Gebärmutter. Das Hin- und Herschieben der Gebärmutter tut etwas weh. Bei Laboruntersuchungen sind die weißen Blutkörperchen vermehrt und die BSG (Blutkörperchensenkungsgeschwindigkeit) erhöht.

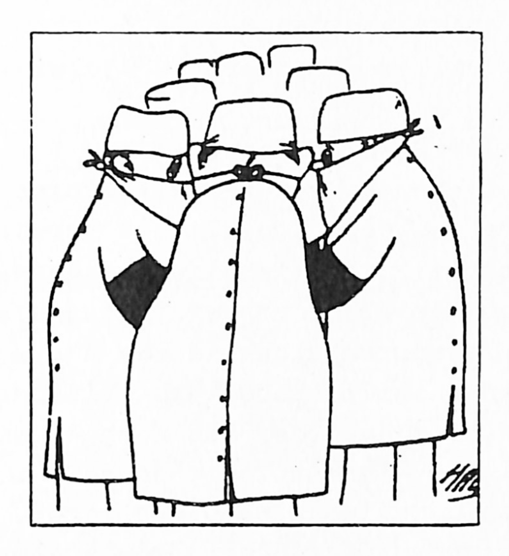
Den Knubbel kannst du natürlich nicht vortäuschen. Das macht aber nichts, denn häufig fehlt dieses Zeichen. Die gute Frau tappt dann ganz schön im Dunkeln, besonders, weil auch die anderen Zeichen alle nicht auftreten müssen.

Die Blutuntersuchungen sollen bekanntlich immer bei "nüchternen" Patientinnen gemacht werden (das heißt, vorher nichts gegessen und getrunken). Ihre Ergebnisse kannst du evtl. ein bißchen dadurch in Richtung Entzündung verändern, indem du einfach doch vorher etwas ißt. Klappt nicht immer, ist aber auch nicht entscheidend.



Woran denkt die (un)praktische Ärztin, bevor sie auf den richtigen Trichter kommt?

1. Blinddarmentzündung. ACHTUNG, das soll schon



„Alles falsch, Jungs – wir fangen noch einmal von vorn an – holt einen neuen Patienten!“

in Operationen geendet haben! Der Schmerz sitzt hier an einer bestimmten Stelle im rechten Unterbauch zwischen Nabel und Beckenkamm, die Blutwerte sind deutlich verändert, du hast Fieber (auch beim Messen in der Arztpraxis). Kommt also hoffentlich nicht in Frage. Im schlimmsten Fall mußt du dich wehren, ins Krankenhaus zu gehen.

2. Sonstige Darmentzündung. Stuhluntersuchung,

immer machen lassen. Wenn sie dir vorschlägt, Magen und Darm röntgen zu lassen, willige auf keinen Fall ein - sehr hohe Strahlenbelastung, du weißt schon. Das höchste der Gefühle wäre eine Übersichtsaufnahme des Bauchraums, sog. "Abdomenübersicht". Wenn's Probleme gibt, erzähl lieber dann schon von den Regelstörungen und dem Ausfluß, um zur Frauenärztin überwiesen zu werden.

3. Blasen- oder Harnröhrenentzündung

Du sollst frischen Morgenurin mitbringen zur nächsten Untersuchung. Ein kleines Verwirrspiel verzögert erstmal die "richtige" Diagnose: Du pinkelst schon am Abend vorher in das Glas. Dann sammeln und vermehren sich bis zum nächsten Morgen die Bakterien - ist im Labor ein falscher Hinweis auf Blasenentzündung. Oder laß noch einen winzigen (wirklich winzig - sonst fällt es auf) Tropfen Blut mit hinein fallen - noch schlimmer. Falls Kontrolluntersuchungen in der Praxis gemacht werden sollen, richte dich ab hier weiter nach den Anweisungen im Kapitel Blasen- und Nierenentzündungen. Auf keinen Fall Harnröhre katheterisieren lassen, sonst kriegst du womöglich noch wirklich was da. Das wäre nicht schön!

4. Sie kann auch clever sein und schon früh an "Frauenleiden" denken. Wenn sie dich gleich überweisen will, sag, daß du gerade untersucht worden bist und alles in Ordnung war. Achtung, viele Weißkittel notieren sich, wann sie einen Überweisungsschein ausgestellt haben. Ginge dann also nur, wenn du in dem Quartal nicht bei der praktischen ärztin warst. Dann könntest du direkt mit deinem Krankenschein zur Frauenärztin gegan-

gen sein. Andere Möglichkeit: du warst wirklich da. Wenn sie dich selbst untersuchen will: ablehnen - möchtest du nur von Frauenärztin machen lassen. Von wegen der Hemmungen und so.

5. Wenn sie überhaupt nicht kapieren will, was du nun eigentlich hast, müßtest du noch deutlicher werden: vor 5 Jahren hattest du schon mal so'ne unklare Geschichte. Damals hat schließlich der Frauenarzt festgestellt, daß das wohl eine Eierstocksentzündung war.(Wer war das doch gleich? ach, war das nicht in einer anderen Stadt?).Ist jedenfalls mit Rotlicht behandelt worden, hast dir auch immer Wärmflaschen auf den Bauch tun müssen, hat viele Wochen gedauert usw. usw.

Suggestion, das ist was, was du nicht unterschätzen solltest...

Insgesamt sind die ganzen Krankheitsmerkmale diffus, schwer einzuordnen. Auch die Psyche wird in Mitleidenschaft gezogen, weil ja auch die Lust am Vögeln vergeht (die Schmerzen dabei!) und manchmal dauert es einfach Monate. Wie sie entstanden ist, ist häufig nicht mehr zu sagen. Manchmal traten die ersten Zeichen nach einer Reglblutung auf.

Kontrollvertrauensärztin

Hierfür ist es gut, wenn die Diagnose schon steht. D.h. wenn du befürchten mußt, daß sie sich früh meldet, weil du schon oft vom Schicksal mit Krankheit geschlagen wurdest, dann fang mit der Geschichte von früher lieber etwas eher an. Spätestens mußt du sie sonst da erzählen. Außerdem sind viele vorausgegangene Laboruntersuchungen (Blut, Stuhl, Urin) recht beeindruckend.

Behandlung

Tabletten, Antibiotika und entzündungshemmende Mittel - gib die mal am besten in die nächste Medikamentensammlung für die 3.Welt, sind kostbar. Wärmeanwendung, Bäder, Kurzwelle - schadet nicht und ist ganz nett.

Warnung

keine Spritzen geben lassen,
nochmal, keine großen Röntgenuntersuchungen, keine Spiegelungen von irgendwelchen "Hohlräumen" machen lassen(die kommen auch auf die Idee und wollen die Gebärmutter spiegeln lassen, wirklich!), die Gefahr ist besonders groß, wenn das ganze sehr, sehr lange dauert.



ERFAHRENE KRANKSCHREIBER(INNEN) HABEN ZUDEM DIE CHANCE, SICH IN DER 3. WELT BELIEBT ZU MACHEN...

MEDIKAMENTE FÜR NICARAGUA

!

SPENDEN HIER ABGEBEN!

OCH, DAS IS DOCH BLOSS DIE ERSTE FUHRE... ICH HAB' NOCH MEHR!

Herr Doktor______

Herr Doktor,die Periode...
Na,freu`n Sie sich doch man
Daß die Bevölkerungsquote
Mal`n bißchen wachsen kann.
Herr Doktor,ohne Wohnung...
Na,`n Bett wern Sie wohl noch ham
Da gönn `n Sie sich `n bißchen Schonung
und halten sich `n bißchen stramm.
Da sind Sie mal ne nette kleine Mutter
Und schaffen mal `nStück Kanonenfutter
Dazu ham Sie `n Bauch,und das müssen Sie auch
Und das wissen Sie auch
Und jetzt keinen Stuß
Und jetzt werden Sie Mutter und Schluß.

Herr Doktor, `n Arbeitsloser
Daß der nicht`n Kind haben kann...
Na,Frauchen,so was is`n bloßer
Antrieb für Ihren Mann.
Herr Doktor,bitte,...Frau Renner
Da kann ich Sie nicht verstehn
Sehn Sie,Frauchen,der Staat braucht Männer
Die an der Maschine stehn.
Da sind Sie mal`n nette kleine Mutter
Und schaffen noch`n Stück Maschinenfutter
Dazu ham Sie`n Bauch,und das müssen Sie auch
Und das wissen Sie auch
Und jetzt keinen Stuß
Und jetzt werden Sie Mutter und Schluß.

Herr Doktor,wo soll ich denn liegen...
Frau Renner,quasseln Sie nicht
Erst wollen Sie das Vergnügen
Und dann wolln Sie nicht ihre Pflicht.
Und wenn wir mal was verbieten
Dann wissen wir schon,was wir tun
Und drum sei'n Sie mal ganz zufrieden
Und lassen Sie das mal unsere Sache sein,ja? Und
Nun seien Sie mal'ne nette kleine Mutter
Und schaffen mal 'n Stück Kanonenfutter
Dazu ham Sie'n Bauch, und das müssen Sie auch
Und das wissen Sie auch
Und jetzt keinen Stuß
Und jetzt werden Sie Mutter und Schluß.

Bertold Brecht

DIE KRANKE HALSWIRBELSÄULE – ODER:

DAS HWS-SYNDROM

*

Wie lange?
2 bis 4 Wochen, evtl. mehr

Wer wird krank?
Besonders geeignet für Leute, die sowieso verspannte Muskeln am Nacken haben (fühlt sich dann neben der Halswirbelsäule und am Übergang zu den Schultern ziemlich hart an).

Beschwerden
1. Kopfschmerzen. Ein dumpfer ständiger Druck hinter den Augen, die Schläfen tun weh und die ganze Stirn, manchmal auch der Hinterkopf auf beiden oder einer Seite. (Die Nervenendigungen für den ganzen Kopf kommen am Nacken aus dem Wirbelkanal und werden von den harten Muskeln gedrückt, das führt zum Schmerz.)
2. Manchmal hast du auch ein leichtes Schwindelgefühl, als ob es schwankt oder sich dreht. Häufiger war das auch, nachdem du sehr schnell den Kopf zu einer Seite gedreht hattest.
MACH DEN SCHWINDEL UM GOTTES WILLEN NICHT VOR!
3. Manchmal ist dir auch ein bißchen übel.
4. Die Beweglichkeit der Halswirbelsäule ist nicht so gut wie sonst. D.h. a) du kannst den Kopf nicht so weit zur Seite drehen, es schmerzt

irgendwann, und du ziehst die Schultern mit rum.
b) auch beim Kopfnicken nach vorn und hinten tut es weh, besonders wenn du das Kinn an die Brust drückst. c) desgleichen, wenn du den Kopf seitlich neigen willst. Du ziehst dann "unwillkürlich" die Schulter nach oben, zu der du den Kopf neigst. Aber langsam, nicht ruckartig.
Du mußt mal zuhause probieren. Bei manchen Leuten knirscht es bei extremen Bewegungen sowieso. Dann mußt du natürlich auch darüber klagen.
5. Wenn die Muskeln am Nacken sehr hart sind, hast du unheimliche Nackenschmerzen noch dazu.
Wenn du noch nicht genug hast
6. manchmal ziehende Schmerzen an einem oder beiden Armen - Außenseite Oberarm, auch (!) Unterarm, evtl auch Daumen oder 1. bis 4. Finger.
Das hast du aber nicht ständig, eher nachts als tagsüber.
7. Dazu fühlt sich vielleicht die Haut auch noch anders an, komisch, z.B. wie ein Pelz.
8. Die Kraft deiner Hände (beim Händeschütteln) ist ein- oder beidseitig verringert.

<u>Was tut dein Freund und Helfer</u>? Er sucht
1. die eingeschränkte Beweglichkeit.
2. nach Muskelverspannungen am Nacken.
3. er wird auch mit dem Reflexhammer auf deinen Armen rumklopfen. Da ist aber alles in Ordnung.
4. Blutdruck messen.
5. dich zum Röntgenarzt schicken. Röntgen der HWS (Halswirbelsäule). Kannst du ruhig über dich ergehen lassen - relativ geringe Strahlenbelastung, und manchmal findet sich doch das eine oder andere, was zu späteren erneuten Krankheitszuständen Anlaß

geben könnte.

* Wär das nicht wunderbar?

Auf jeden Fall solltest du bei der Röntgenuntersuchung den Kopf steif und den Nacken gerade halten. Das zeigt dann die sog. "Streckhaltung" im Rö-Bild, was als unwillkürlicher Hinweis darauf gilt, daß Schmerzen bestehen.

6. Evtl. Blutuntersuchung, bringt auch bei echten Schmerzen null Ergebnis (außer Geld, versteht sich).

Woran denkt er noch ?

Nasennebenhöhlenentzündung.Überweisung zum HNO-Arzt - auch nicht schlimm.Nur hin.Der will dich evtl. noch mal röntgen!

Vielleicht auch Überweisung zum Orthopäden.
na, wenn schon. Bringt vielleicht Verlängerung.

Behandlung

Tabletten - in die Medikamentensammlung 3.Welt.
Spritzen - och nöh, da habe ich Schiß vor.
(Klitzekleine oberflächlich in die Haut wär nicht das Schlimmste.)
Wärme, Rotlicht, Fangopackungen mit anschließender Massage - AH, DAS TUT GUT!
Vielleicht auch
Stangerbäder oder Bindegewebs- oder Reflexzonenmassage, Krankengymnastik - WUNDERBAR!

Kontroller

Wenn du keine Muskelverspannungen hast und auch das Röntgenbild in Ordnung ist (o.B. - wie diese Spezies so sagt), würd ich lieber kneifen und mal ganz schnell arbeits"fähig" werden!
Wenn was gefunden wurde, geh ruhig hin.

Warnung

Falls du das häufiger hast, kommen die vielleicht auf die Idee, mal den Rückenmarkskanal zu punktieren (zumindst, wenn du unter anderem auch beim Neurologen gelandet sein solltest).
Nein! Nein! nein!
Oder, um den Schmerz zu beheben: Röntgentiefenbestrahlung - Wahnsinn, nein!!!

Würdigung dieser ach, so werten Krankheit

30 % der Leute, die sich krankschreiben lassen, haben was an der Wirbelsäule.
Die Beschwerden treten alle halbe Jahr mal wieder auf. In diesem Fall liegt's an "Haltungsschaden". Besonders geplagt werden arme Schüler und Studenten, die so viel am Schreibtisch sitzen müssen, Sekretärinnen, Büroangestellte, Klavierspieler, Falschspieler, Taxifahrer und DU!



Lenden-wirbelsyndrom

Wielange?

2-14 Wochen

Wer wird krank?

Du kannst es z.B. von schwerem Heben, langem Stehen, Sitzen, Fahren bekommen.

Beschwerden

Du hast Schmerzen: in der Kreuzgegend bis ins z.B. rechte Gesäß und oder weiter zur Hinterseite des rechten Oberschenkels, Außenseite des Unterschenkels bis zum Fuß ziehend.
Die Schmerzen treten auf: entweder dauernd mal mehr mal weniger, oder ganz plötzlich Hexenschuß, oder beides zusammen.
Sie werden ausgelöst oder verstärkt: beim Heben von Lasten, beim Bücken, beim Aufrichten aus dem Bücken, aufstehen vom Liegen zum Stehen, beim Husten.
Du hälst deine Lendenwirbelsäule steif wegen der Schmerzen: kein Hohlkreuz, keine Krümmung, keine Drehung.

Beim Arzt wirst du vielleicht folgendermaßen untersucht:

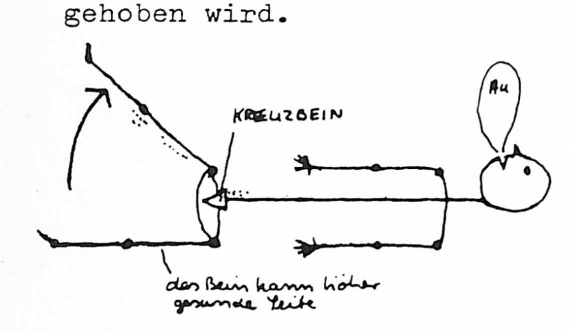
du sollst dich auf den Bauch legen,dafür brauchst du ziemlich lange wegen der Schmerzen.
er drückt und klopft auf die Dornfortsätze(das sind die kleinen Höcker,die vom Kopf bis zum Kreuzbein am Rücken zu fühlen und zu sehen sind) der Lendenwirbelsäule, wobei dir das vielleicht (wie du willst) weh tut und zwar möglichst dann beim letzten oder vorletzten Lendenwirbel vor dem Kreuzbein.
er drückt in die Muskulatur neben der Lendenwirbelsäule, das tut auf einer Seite weh z,B. rechts,es kann aber auch auf beiden Seiten schmerzen,das kannst du dir wieder aussuchen.

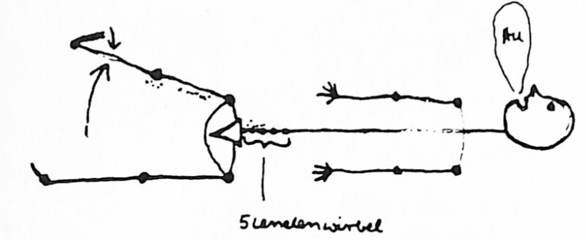
Die jetzt beschriebenen Schmerzen bei der Untersuchung brauchen nicht aufzutreten,wenn ja, dann hast du eine Lumbo-Ischialgie.Vielleicht sagt er du sollst dich auf den Rücken legen(wieder nur langsam und umständlich möglich) und das im Kniegelenk gestreckte Bein hochheben, irgend-

wann schmerzt das bei jedem, das hängt ab von deiner Beweglichkeit,aber jetzt schmerzt es z.B. beim rechten Bein schon früher als beim linken, weil der rechte Ischiasnerv genervt ist und keine Dehnung erträgt.(die Beine werden einzeln hochgehoben).

Es schmerzt an der Hinterseite des Oberschenkels und in der Kniekehle.

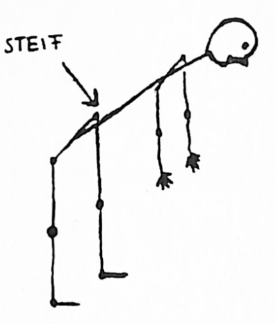
Der Schmerz kommt noch früher, wenn der Fuß noch zusätzlich hochgezogen sein soll,und es schmerzt auch aber später wenn das Bein mit gebeugtem Knie gehoben wird.





Wenn der Arzt dich testen will,dann hebt er vielleicht ganz plötzlich das eine Bein hoch, dann mußt du an die Decke gehen. Du kannst auch nicht mit dem Oberkörper zu den Beinen gelangen, z.B. beim Bücken aus

dem Stand kommen deine Hände
höchstens bis zum Knie.
Außerdem werden vielleicht noch
Reflexe mit einem kleinen Hammer
geprüft und die Hautinnervation
mit einer Nadel. Darum brauchst
du dich überhaupt nicht zu kümm
ern.



Röntgen: du kannst dich notfalls röntgen lassen, weil bei Knochenröntgen die Strahlenbelastung nicht soo hoch ist. Es sei denn die letzte Röntgenuntersuchung ist noch nicht lange her, dann soll sich der Arzt gefälligst die letzten Bilder von seinem Kollegen besorgen. Laß die "Geschlechtsorgane" mit einer Bleischürze abdecken. Frauen können auch sagen sie seien wahrscheinlich schwanger!!

An der Wirbelsäule läßt sich immer irgendwas finden, auch wenn du nix hast. Laß dich nicht beunruhigen.
Überweisung zum Orthopäden ist möglich, da läuft dasselbe ab.

Behandlung:

Massagen, Bäder, Bewegungsübungen,
Tabletten nicht nehmen, Spritzen ablehnen weil du sie nicht verträgst.

Warnung:

Es gibt eine Untersuchungsmethode bei der der Bandscheibenvorfall,(der mögliche) zu sehen ist, die Myelographie:Kontrastmittel wird in den Rückenmarkskanal gespritzt. Sie wird im Krankenhaus durchgeführt.Auf keinen Fall mitmachen.





Wie lange ?

4 bis 8 Wochen, immer mal wieder; ja, wirklich!!!

Wer wird krank ?

Leute, die durch andauernde und wiederholte Beanspruchung immer derselben Unterarmmuskeln eine Entzündung bzw. Reizung am Ellenbogengelenk kriegen. Sie entsteht durch Greif- und Drehbewegungen mit Kraftaufwand wie bei Tennis, Tischtennis, Federball, Squash, Schrauben anziehen.

Beschwerden:

Siehe vor allem Zeichnung, an der Stelle treten die Beschwerden allermeist auf. Dort gibt es bei Bewegungen der Hand und des Unterarms und beim Faustballen einen heftigen Schmerz, der in Ruhe nachläßt, manchmal ganz verschwindet. Er kann in den Unter- oder Oberarm ausstrahlen. In dem kranken Arm hat man meist weniger Kraft.

Untersuchungen:

Bei der Prüfung der Beweglichkeit muß man bei einigen Bewegungen Schmerzen angeben. In Röntgenbild und Blutuntersuchungen ist nichts Bestimmtes zu finden.

Behandlung:

Ruhigstellung oft mit Gipsschiene oder elastischer Binde oder auch Zinkleimverband. Einen Gips ganz um den Arm sollte man ablehnen. Salben sind auch in Ordnung; Spritzen, egal wohin, sollte man auch bestimmt ablehnen, da sie auch hier wieder nichts nützen, sondern eher schaden können.



Da soll's beim "Tennisellenbogen" wehtun – aber komisch, Tennis hab' ich noch nie gespielt....

ZERRUNG DER GELENKAPSELBÄNDER

VERSTAUCHUNG

Wie lange ?

2 bis 4 Wochen ist normal, bei zusätzlichen Schwierigkeiten kann auch mal eine Krankschreibung für 6 Wochen nötig sein.

Wer wird krank ?

Leute, die auf dem Weg zur Arbeit oder am Arbeitsplatz umgeknickt sind und danach Schmerzen im Fußgelenk (seltener Kniegelenk) haben oder Leute, die sich mit der Hand irgendwo gestoßen haben und denen danach das Hand- oder einige Fingergelenke weh tun. Achtet darauf, daß es möglichst ein Arbeitsunfall wird.

Beschwerden:

Besonders bei Fuß- und Hand-, aber auch am Knie-, Ellenbogen- oder den Fingergelenken tritt nach Umknicken, Stoßen, falscher, heftiger Drehbewegung o. ä. ein sehr starker Schmerz auf, der in den nächsten 1o bis 15 Minuten ein wenig abklingt, wenn ihr den Fuß (oder das betroffene Gelenk) ruhighaltet. Bei Bewegung verstärkt sich der Schmerz wieder deutlich bis zur Unerträglichkeit. Oft, aber nicht immer, schwillt das Gelenk, bzw. das darumliegende Gewebe an, seltener gibt es einen Bluterguß. Man kann fast gar nicht laufen, oder mit den Händen nichts greifen oder tragen. Unwillkürlich bewegt man das betroffene Gelenk doch immer wieder, bewegt sich sehr ungeschickt damit oder stößt sich, so daß sich der Zustand und die Beschwerden wieder verschlimmern und die Abheilung sich um ein bis zwei Wochen verzögert. Meist verstärken sich die Schmerzen nur bei bestimmten Bewegungen, nicht bei allen (Beugen oder

Strecken, Drehen nach links oder rechts).

Untersuchungen:

Die Beweglichkeit des Gelenks wird geprüft. (s. o.) Ihr müßt euch für Schmerzen bei einer oder zwei Bewegungsrichtungen entscheiden. Dann wird das Gelenk von vorne und von der Seite geröngt, um einen Knochenbruch nicht zu übersehen. Blutuntersuchungen bringen und schaden nichts.

Warnhinweis:

Noch ein Wort zu einer besonderen Untersuchung: die sogenannte gehaltene Röntgenaufnahme. In ganz extremen Positionen werden von der kranken und gesunden Seite der betroffenen Gelenks Röntgenbilder gemacht, um im Seitenvergleich eine unnormale Beweglichkeit feststellen zu können, was auf einen Bänderriß hindeutet. Bei einem verstauchten Gelenk sind die Bänder nur gezerrt. Wegen des großen Schmerzes bei dieser Aufnahme, besonders im verletzten Gelenk, wird diese Untersuchung in örtlicher Betäubung oder sogar in Narkose gemacht. Besonders aus diesem Grund muß von der Zustimmung zu der Untersuchung dringenst abgeraten werden.(Manchmal reißen auch bis dahin nur angerissene Bänder bei der Gelegenheit ganz durch.)

Behandlung:

Ruhigstellung durch Armschlinge, elastische Binde Gipsschiene, außerdem vielleicht abschwellende Salbe und als Empfehlung kalte Umschläge. Das ist alles in Ordnung. Vor jeder Art von Spritzen muß auch hier wieder gewarnt werden, weil sie sicher nichts bringen, dafür aber sehr schaden können.



Ist 'ne echte Verlegenheitsdiagnose.

Wie lange?

1Woche, max. 10 Tage, kann sich aber wiederholen.

Für wen?

Am besten die Männer, die schon auf einer Seite am Leistenbruch operiert worden sind. Ob Malocher oder Bürohengst, spielt nicht so 'ne Geige. Nichtoperierte können es auch versuchen.

Beschwerden

Du hast vor 2 Tagen deinem Kollegen geholfen, eine schwere Kiste zu schleppen, seitdem tut es dir in der Leiste weh. Und zwar auf der Seite, die noch nicht operiert ist. Wohlgemerkt!! Die "Wissenschaft"nimmt nämlich an, wenn das Gewebe auf der einen Seite so schwach war, daß da schon operiert werden mußte, dann ist es wahrscheinlich, daß es auf der anderen Seite auch nötig werden wird.
Also, die Schmerzen: sie sind entweder direkt danach ganz plötzlich aufgetreten und nicht mehr so richtig weggegangen, habne nur wechselnde Stärke, oder du hast erst nichts gemerkt und jetzt zieht's fast dauern. Besonders schlimm ist es beim Heben, Husten, oder auf dem Klo beim

Scheißen. Ach, beim Niesen tut es natürlich auch weh. Im Stehen ist alles viel schlimmer als im Sitzen. Im Liegen hast du meist gar keine Beschwerden. Auf der Arbeit jedenfalls ist es nicht auszuhalten.

Wonach fahndet unser spitzfindiges Kerlchen?

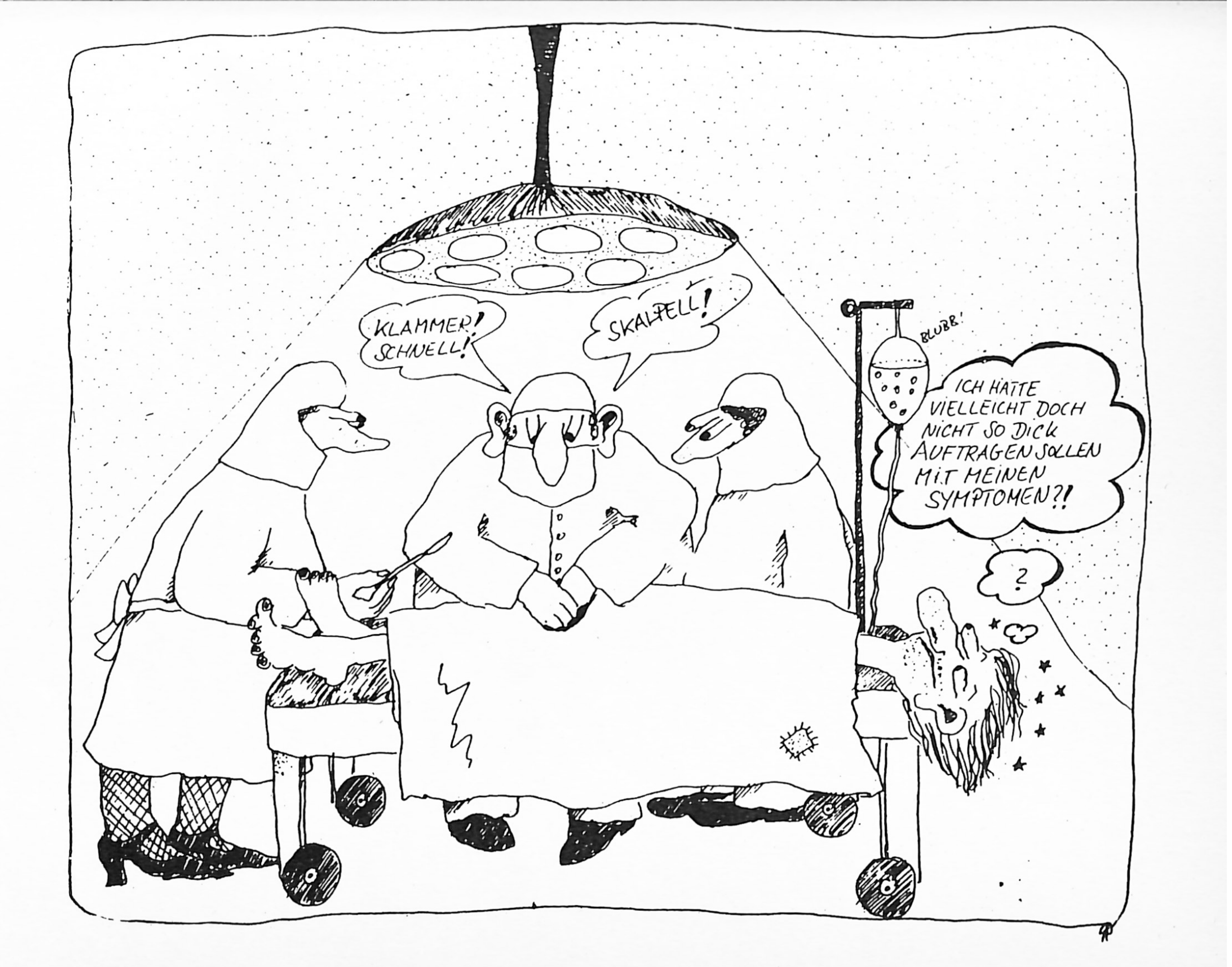
Er versucht mit dem Finger vom Hoden her eine schwache Stelle in der Leistenbeuge zu tasten. Durch diese Stelle sind in der Embryonalzeit die Hoden nach unten gewandert. Es kann dann später passieren, daß sich durch diese Stelle Darmstücke vorschieben, besonders wenn bei Druck im Bauchraum und beim Pressen der ganze Darm zusammengequetscht wird. Das ist das, was dann so zieht.
Vielleicht denkt er auch noch an ausstrahlende Schmerzen von der Wirbelsäule und guckt da auch noch mal nach.
Wahrscheinlich keine Labor- oder sonstigen Zusatzuntersuchungen.

Behandlung

Ruhe, keine schweren Sachen heben oder tragen, ev tl. Schmerzmittel.

Warnung HOHES RISiko, UNTER 'S MESSER ZU GERATEN!!

Falls dich der Praktische Arzt zum Chirurgen schicken will (da sollte man immer spitze Ohren kriegen), sag, daß du das früher auch schon mal hattest. Da sei es nach 2,3 Tagen Schonung wieder weggewesen. Und zum Chirurgen willst auf keinen Fall jetzt. Das sei für dich wirklich Horror. Da würdest du immer gleich an Operation


KLAMMER! SCHNELL!
SKALPELL!
BLUBB!
ICH HÄTTE VIELLEICHT DOCH NICHT SO DICK AUFTRAGEN SOLLEN MIT MEINEN SYMPTOMEN?!
?

denken. Und das hat die wirklich vom letzten
Mal gereicht.
Für Leute , die schon auf beiden Seiten operiert
sind, ist "weiche Leiste" nichts. Guckt mal
im Kapitel Narbenschmerzen.



Narbenschmerzen
(Mit Unterabteilungen)

a) Verwachsungen im Bauch:

Wie lange ?

Man kann sich über ein bis zwei Jahre immmer wieder ein bis zwei Wochen krankschreiben lassen.

Wer wird krank ?

Alle Leute, die irgendeine Bauchoperation, auch Blinddarmoperation gehabt haben. Sie sollte möglichst noch nicht so lange zurückliegen.

Beschwerden:

Bei allen Bauchoperationen bilden sich während der Abheilung irgendwo im Bauch viele oder wenig, dicke oder dünne Verwachsungen=Gewebsstränge= Narben. Viele Leute merken davon nichts, das kann aber auch anders sein: Wenn die Gewebsstränge zwischen zwei Darmstücken verlaufen, ist die Beweglichkeit des Darms dort eingeschränkt und die Passage der Nahrung oder des Stuhls kann fast immer oder manchmal oder gar nicht gestört sein. (In ganz ernsten Fällen tritt sogar eine Darmlähmung auf, was dann meistens lebensgefährlich ist und oft wieder operiert werden muß.) Diese Gewebsstränge bilden sich einige Wochen und Tage nach der Operation, die Beschwerden können schon bald anfangen oder erst einige Wochen später, manchmal auch erst nach Monaten. Diese Passagestörung kann fast ständig oder zeitweise führen zu:schmerzhaften Blähungen, Verstopfung, aber auch Durchfall, und zu ziehenden Schmerzen in immer derselben Gegend des Bauches. Das muß nicht unbedingt in der Nähe der Hautnarbe sein.

Untersuchungen:

Bauch abtasten und abhören. Wenn ihr vorher zwei bis drei Gläser Wasser trinkt, ist im Darm viel Bewegung zu hören, das wird den Arzt freuen, denn es spricht für eure Beschwerden. Bei der Röntgenuntersuchung des Bauches sieht man manchmal viel Luft im Darm, wenn nicht, ist es auch nicht schlimm. (Achtet auf die Bleiabdeckung der Geschlechtsteile beim Röntgen.) Der nächste Schritt ist dann meist die Magen-Darm-Passage (MDP) oder der Colon-Kontrast-Einlauf (KE). Dabei muß man Röntgen-Kontrastmittel entweder schlucken oder man kriegt es als Einlauf. Die Passage wird über ein bis zwei Stunden mit mehreren Röntgenbildern verfolgt. Das ist etwas anstrengend und mit etwas Strahlenbelastung verbunden, man sollte versuchen, diese UNtersuchungen hinauszuschieben. Eine Darm - spiegelung sollt ihr wegen Aufwand unbedingt vermeiden.Blut- und Stuhluntersuchungen haben kein bemerkenswertes Ergebnis.

Behandlung:

Diät, Bäder, Bewegung, Wärme sind nette Tips oder Verschreibungen. Alle Tabletten sollte man wegschmeißen, bzw. in die Sammlung geben, und der Verschlag der Nachoperation, um die Verwachsungen zu lösen, sollte nicht ernsthaft diskutiert werden. Sie ist überflüssig, gefährlich und bringt neue Verwachsungen.


DAS IST NICHT NUR 'NE NARBE, DAS IST QUASI PURES KAPITAL - GUTE VERZINSUNG, LAUFZEIT CIRKA 2 JAHRE!

b) Überschießende Narbenbildung

Wie lange ?

Krankschreibung mit Unterbrechungen oder in einem Stück bis zu mehreren Monaten.

Wer wird krank?

Leute, die etwas größere Narben in und auf der Haut haben, die sie in der letzten Zeit nach Unfällen (bei der Arbeit?), Verletzungen, Operationen oder Verbrennungen bekommen haben.

Beschwerden:

Manchmal, nicht immer, findet ein überdurchschnittliches Wachstum des Narbengewebes statt, so daß die Narbe wulstförmig über die übrige Hautoberfläche erhaben ist. Manchmal, nicht immer, ist die Stelle auch gerötet oder sonst andersfarbig. Es kann zu sehr starken juckenden oder brennenden Schmerzempfindungen kommen. Oft bilden sich solche überschüssigen Gewebe nach Monaten oder Jahren wieder zurück oder die Beschwerden hören sowieso von alleine auf.

Untersuchung:

Frage nach Dauerschmerz oder nur manchmal, z.B. bei Temperaturänderungen, Berührung, nachts, Wetterwechsel oder so. Sonst kann man mit keiner Untersuchung nachweisen ob die Narbe schmerzt oder nicht.

Behandlung:

Salben muß man nicht benutzen, empfohlene Bäder je nach Laune, ebenso andere Tricks, die der Arzt schon mal gehört hat. Spritzen, egal wohin, sollte man heftig ablehnen. Mindestens ebenso strikt abzulehnen sind Ausschneiden der Narbe oder Röntgenbestahlung (neue Narben!). Die sog. Kurzwellenserie ist nicht schlimm.



c) Für wenige besonders Geschädigte:

Amputations- oder Phantomschmerz

Wie lange ?

Kurz nach der Amputation Wochen, lange Zeit nach der Amputation immer wieder mal eine Woche.

Wer wird krank?

Amputation, auch "nur" von Zehen- oder Fingerendgliedern, Ohrläppchen o. ä.

Beschwerden:

Man hat das ungeheure Gefühl, daß in dem amputierten Teil (also dem, was fehlt!) ein heftiger, andauernder Schmerz, Juckreiz oder Brennen ist. Zusätzlich, bzw. gleichzeitig kann es eine entsprechende Mißempfindung auch in der Amputationsnarbe selbst geben. Der Phantomschmerz läßt sich nicht erklären. Der Schmerz kann schon kurz nach der Amputation beginnen oder erst nach Monaten das erste Mal auftreten.

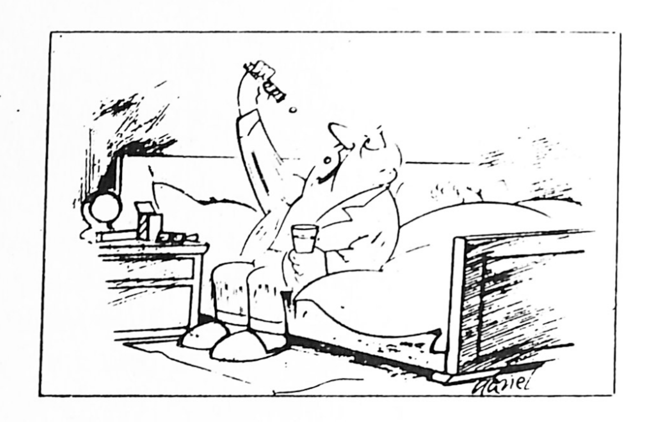
Untersuchung:

gibt es keine besonderen. Nachweisen läßt sich der Phantomschmerz auch nicht. Man kann, meist erfolglos, in dem noch vorhandenen Glied nach einem Knochensplitter suchen (Röntgen). Blutuntersu-

chungen nützen nichts, bringen nichts und schaden nichts.

Behandlung:

Falls zugleich eine Entzündung des Stumpfes besteht, sind Salben akzeptabel. Wegen der Schmerzen werden meist sehr starke Schmerzmittel gegeben, die eine Abhängigkeit auslösen können, wenn sie oft oder gar regelmäßig eingenommen werden. Wenn ihr also eigentlich, genau betrachtet, gar keine richtigen Schmerzen habt, vor allem keinen Phantomschmerz, so laßt besser die Finger davon. Spritzen, auch Schmerzspritzen, solltet ihr nicht zulassen.



Anarchistenattentat auf Arzt

ROM, 26. Juni (dpa). Zum vierten Mal innerhalb einer Woche haben anarchistische Terroristen in Italien bei einem Attentat ihr Opfer durch mehrere Schüsse in die Beine verletzt. Der letzte Anschlag galt dem Provinzsekretär der kassenärztlichen Vereinigung von Mailand, Roberto Anzalone. Drei jugendliche Attentäter lauerten ihm vor einer Praxis auf und feuerten zwölf Schüsse in seine Beine.

In einer Botschaft an die italienische Nachrichtenagentur Ansa warfen sie Anzalone vor, das Krankfeiern in den Betrieben bekämpft zu haben.

Sehnenscheidenentzündung

Wie lange ?

Krankschreibung ist 2 bis 4 Wochen, in sehr hartnäckigen Fällen auch bis zu 16 Wochen möglich.

Wer wird krank ?

Leute, die in Beruf oder Freizeit immer dieselben andauernden, gleichförmigen Bewegungen mit den Händen oder Fingern machen. Sie ist z. B. als Berufskrankheit für Sekretärinnen anerkannt, tritt aber auch bei feinmechanischen Arbeiten, besonders am Fließband, durch Schrauben anziehen, wenn ihr ein Regal baut, oder durch Tragen von Lasten auf. Bei Anspannung oder Beugen der Finger merkt ihr einen ziehenden Schmerz auf der Innenseite des Unterarms, meist kurz oberhalb des Handgelenks.

Beschwerden:

Bei fast jeder Bewegung der Finger, besonders bei Beugung und Anspannung und besonders der ersten drei Finger merkt ihr einen deutlichen bis heftigen ziehenden Schmerz, der manchmal auch bei Entspannung bleibt, auf der Innenseite des Unterarms unter der Haut kurz oberhalb der Handgelenks Ganz selten gibt es bei Bewegung der Finger ein kaum hörbares oder tastbares Knarren an der Stelle des Unterarms, wo der Schmerz sitzt.

Was sucht Frau Doktor ?

Sie wird dich die Beschwerden beschreiben lassen, dich zur Bewegung der Hand auffordern und schon sehr zufrieden sein, wenn du dann auch den Schmerz spürst. Vielleicht sucht sie an der Stelle, wo der Schmerz sitzt, nach einer Hautrötung,

allerdings meist vergeblich. Ein Röntgenbild des Unterarms wird ihr auch nicht weiterhelfen, ebensowenig Blutuntersuchungen, was euch aber auch alles nicht groß schadet. Sie wird dir also deine Beschwerden einfach glauben müssen und ist froh, mit ihrem ganzen Aufwand nichts Schlimmeres gefunden zu haben.

Behandlung:

Ruhigstellung der Hand und des Unterarms mit einer elastischen Binde, einer Gipsschiene oder evtl. einem Zinkleimverband (alles kann man abmachen). Vielleicht gibt sie dir noch eine entzündungshemmende Salbe, die kannst du benutzen oder nicht.

Warnhinweise:

Einen Gipsverband rund um den Arm solltest du versuchen abzulehnen, weil du vielleicht früher schon mal unter dem Gips Ausschlag oder starken Juckreiz, vielleicht sogar eine Allergie hattest. Er behindert doch sehr! Auch Spritzen jeder Art und egal wohin bringen dir nichts oder Schaden. Du kriegst bei Spritzen immer Ohnmacht, Übelkeit, Allergie, usw.

Nachsatz:

Sehnenscheidenentzündungen kommen immer mal wieder vor und bessern sich oft genug nur sehr langsam. Sie ist übrigens die Berufskrankheit Nr. 43, z. B. für Sekretärinnen.




ARBEIT
NÜTZLICHE BESCHÄFTIGUNG

T E I L   III

Allgemeiner Teil-Tricks und Tips gegen Arzt und Kasse

WAS KANNST DU MACHEN,WENN DU NICHT KRANKENVERSICHERT BIST ?

Sozialamt, aber mit Vorsicht zu genießen !

Also erstmal wird,wenn du nicht krankenversichert bist und auch keine Kohle hast, in jedem Fall das Sozialamt die Kosten der Behandlung oder des Krankenhausaufenthalts übernehmen. Es kann aber sein, daß sie sich später von dir - z.B. wenn du irgendwann wieder arbeitest und Geld verdienst - das Geld wieder zurückholen. Und das kann enorm viel sein, bei den Preisen im Gesundheitswesen! So kostet ein Tag in einer Universitätsklinik um die 200,-DM und das sind noch nicht die Kosten von Operationen und Sonderleistungen.
Wenn deine Unterhaltsverpflichteten,z.B. deine Eltern Geld haben, wird sich das Sozialamt von Ihnen die Kosten zurückholen. Also Vorsicht !

Die Wahrheit !

Es gibt auch paar ganz nette Ärztinnen und Ärzte, die dich, wenn du ihnen erzählst, daß du nicht krankenversichert bist, aber auch kein Geld hast, kostenlos behandeln und dir Ärztemuster mitgeben.

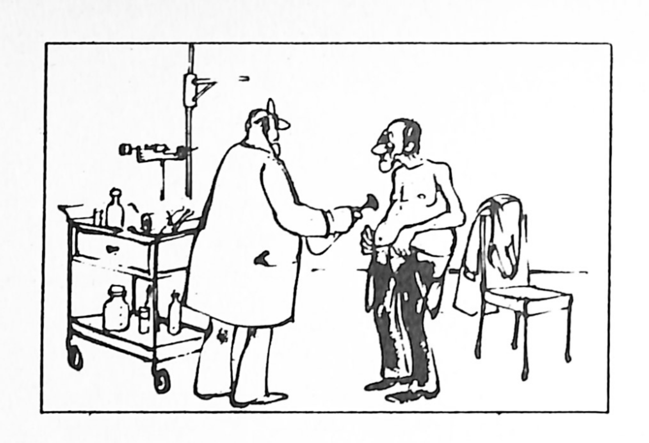
Arbeitslos melden !

Wenn du merkst, daß du krank wirst,evtl. sogar ins Krankenhaus mußt, die Angelegenheit sich aber nicht von heute auf morgen eingestellt hat und auch noch ein paar Tage Aufschub vertragen kann, dann kannst du dich einfach arbeitslos, d.h. beim Arbeitsamt als Arbeitssuchende/r melden.
Hast du Anspruch auf Arbeitslosenhilfe und stellst diesen Antrag auch gleich mit,bist du ab Genehmigung

rückwirkend krankenversichert. Zum Anspruch auf Arbeitslosenhilfe frage die Sachbearbeiterin. Hast du keinen Anspruch darauf, kannst du zu einer Krankenkasse deiner Wahl gehen und dich dort selbst versichern. Am Besten gehst du zu einer Kasse, bei der du schon früher einmal versichert warst.Aber auch andere Krankenkassen können, müssen dich aber nicht bei sich aufnehmen.

<u>Der Trick mit dem gefälschten Krankenschein!</u>

Es gibt da Leute - und das ist verboten,weil Betrug!- die nehmen einfach einen Krankenschein von jemandem, der oder die versichert, aber gar nicht krank ist.
Zum Beispiel:
Klaus ist krankenversichert, Michael ungefähr gleich alt, nicht versichert. Michael holt sich nun von Klaus einen Krankenschein,lernt Vorname, Name,Geburtsdatum, Wohnort,und wenn Klaus über seine Eltern krankenversichert ist auch deren Namen und Geb.-Daten auswendig, und geht dann zum Arzt. (ein Zettel mit den Daten, der Sprechstundengehilfin übergeben tuts meistens auch)
Da läuft es dann ganz normal ab und die Chancen, daß dieser Betrug entdeckt wird sind gering, wenn nicht Michael gerade seine Brieftasche mit Ausweisen in der Praxis liegenläßt.
Wird nun im gleichen Quartal (= Vierteljahr = Gültigkeit des Krankenscheins,Beginn 1.Januar) auch Klaus krank, wird es etwas kompliziert. Michael,der ja auf Klaus Namen zum Arzt geht, muß sich eine Überweisung zu einem anderen Arzt holen. Wenn Michael beim praktischen Arzt war eine Überweisung zu einem Facharzt,wenn er bei



einem Facharzt war eine Überweisung zum praktischen Arzt oder einem Facharzt anderer Fachrichtung (z.B. vom Hals-Nasen-Ohren Arzt zur Hautärztin). Um die Überweisung zu bekommen muß Michael praktisch die Krankheit beschreiben, die Klaus hat und es darf nicht die gleiche sein, wegen der sich Michael behandeln läßt.
Konkret: Michael hatte Schmerzen im Knie und ist auf Klaus Krankenschein zum Orthopäden gegangen. Klaus hat nun eine Bronchitis mit Husten.Michael geht nun zum Orthopäden und sagt er sei auch etwas erkältet und möchte eine Überweisung zum praktischen Arzt.Er bekommt die Überweisung und beide können weiter zu "ihrem" Arzt gehen.
Dumm wird es erst, wenn auch Klaus zum Orthopäden muß.Dann kann Klaus nur noch einen neuen Krankenschein aus seinem Scheckheft nehmen und damit zu einem anderen Orthopäden gehen.Michael darf aber danach mit der gleichen Krankheit nicht mehr auf Klaus' Namen zum Arzt gehen, weil das für die Krankenkasse so aussieht als ob Klaus gleichzeitig bei zwei Orthopäden in Behandlung ist.



Falls eine Rückfrage kommt, warum Klaus in einem Quartal zu zwei Orthopäden gegangen ist, kann er immer noch sagen, er war mit dem ersten nicht zufrieden und hat deshalb den Arzt gewechselt. Das Recht hat jede/r !
PUH!, alles kapiert? Ganz schön kompliziert? Aber so oft kommt das wirklich nicht vor.

Ganz gefälschte Personenangaben!

Michael kann sich auch von Klaus einen Blankovordruck aus dem Krankenscheinheft geben lassen und mit ganz falschen Angaben ausfüllen. Das merkt

der Arzt/die Ärztin erst, wenn nach dem Ende des Quartals von der Krankenkasse die Auskunft kommt daß es die Person auf dem Krankenschein in ihrer Kasse nicht gibt und sie deshalb dem Arzt für seine Leistung auch nichts bezahlen. Außerdem wollen sie oft noch, daß der Arzt die Medikamente,die Michael in der Apotheke geholt hat selbst bezahlt. Darüber ärgern sich die Ärzte natürlich und deshalb ist es manchen lieber, wenn sie gleich wissen, daß sie nichts für die Behandlung bekommen als nachher noch eine Rechnung und Geschreibe mit der Krankenkasse zu haben.

<u>VORSICHT !! Das geht alles nicht im Krankenhaus!</u>

In den meisten Krankenhäusern mußt du bei der Aufnahme deinen Personalausweis vorzeigen,oder, wenn du ihn nicht mithast, sollen deine Angehörigen ihn mitbringen. UND DANN WIRDS PEINLICH

<u>Die billige Studentenversicherung!</u>

Studenten sind zur Zeit mit einer Prämie von DM 31,-/im Monat in den gesetzlichen Krankenkassen versichert. Das ist sehr billig! Auch als Nicht-Student/in kannst du in den Genuß (?) dieser Versicherung kommen, wenn du angibst auf einen Studienplatz z.B. in Medizin zu warten. Darüber mußt du mit der Krankenkasse verhandeln und es geht wohl auch höchstens für 1-2 Jahre.

Richtig glaubwürdig ist das aber nur, wenn du dich auch um einen Studienplatz bewirbst.Du erhälst dann die Bescheinigung, daß du am Zulassungsverfahren teilnimmst,später, daß du abgelehnt worden bist.Damit kannst du zur Krankenkasse gehen. Es soll auch Leute geben, die nur wegen der Versicherung "studieren".

Jetzt noch günstig! Zahnersatz für STUDIES !

Studierende und Auszubildende allgemein bekommen zur Zeit eine 100%ige Kostenübernahme für Zahnersatz von den meisten Ersatzkassen (Angestelltenkrankenkassen). Sonst hast du oft einen Eigenanteil den du bezahlen mußt;üblicherweise 20%.
Also laß dir jetzt die Zähne in Ordnung bringen, frag aber vorher bei der Kasse an. Leute die mittellos sind oder auch nur wenig Kohle haben, können auch auf Antrag die Kosten für Zahnersatz voll von der Krankenkasse erstattet bekommen.
Auch hier vorher fragen, evtl. die Kasse wechseln!

Jemand anderes läßt sich für DICH krankschreiben!

Gleich ein Beispiel:
Inge arbeitet, ist also selbst krankenversichert.
Sie möchte gern krankgeschrieben werden.
Anna ist Inges Freundin.Anna ist krank und hat Bronchitis. Inge bittet nun Anna für sie,-auf ihren (Inges) Namen und mit Inges Krankenschein zur Ärztin zu gehen.
Anna lernt Inges Vor- und Zunamen, Geburtsdatum, Wohnort,Arbeitgeber und Krankenkasse auswendig und geht zur Ärztin. -Sie wird dort sofort krankgeschrieben.-
Inge schickt wie üblich die Krankschreibung an ihre Firma und die Krankenkasse und hat frei!
Anna kann natürlich auch in der zweiten und dritten Woche zu "Inges Ärztin" gehen und sich weiter -als Inge- krankschreiben lassen.
Steht der Termin für den Vertrauensarzt fest, sollte sich Anne als Inge wieder gesundschreiben

lassen.
Den gleichen Gefallen kann Anna natürlich bei verschiedenen Ärztinnen auch Hertha, Jutta, Beate und Ruth tun. Wenn Anna selbst arbeitet hat sie sich selbst sowieso schon krankschreiben lassen. Anna muß nur aufpassen, daß sie nicht zwei- oder mehrmals schädliche Untersuchungen (Diagnostik), z.B. Röntgen, oder Behandlung (Therapie), z.B. Spritzen mitmacht. Das hängt natürlich auch von der Krankheit ab.
Zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen könnte Anna, wenn sie garnicht arbeitet. Dann geht sie, wenn sie sowieso zur Ärztin muß, gleich auf Inges Namen und Krankenschein hin. HIHI !!
Sollte Inge im gleichen Quartal krank werden, dann muß sie bei "Der Trick mit dem gefälschten Krankenschein" nachlesen.
(Das ist selbstverständlich Betrug, wir kennen aber noch keine , die dabei erwischt wurde !)





Tricks und Tips I

Sage selber nie die Diagnose!

Mediziner denken typischerweise, sie hätten die ganze medizinische Weisheit für sich gepachtet; deshalb reagieren sie fast immer sauer, wenn du ihnen sagst, was du hast. Außerdem wollen sie selbst darauf kommen und sich dabei als tolle Diagnostiker fühlen. (Laß ihnen doch die kleine Freude!?)

Ein Beispiel:
Du kommst mit einer Magenschleimhaut-Entzündung (Gastritis). Wenn du nun sagst: " Herr Doktor ich habe eine Gastritis!" kann dir gut passieren daß er dich rauswirft oder zumindest fragt, warum du überhaupt noch zu ihm kommst, wenn du alles selber weißt. Außerdem kann sein, daß er findet, du habest garkeine Gastritis.
Du packst die Leute bei ihrem eigenen Größenwahn, wenn du deine Beschwerden schilderst (siehe bei Gastritis nach) und sagst, du seist beunruhigt,

weil du garnicht wüßtest, was du da hättest und ob das auch nichts Ernstes sei und vielleicht sogar noch wenn du fragst: z.B. "Mein Onkel hat auch immer Magenschmerzen gehabt, die auch in Arm gezogen sind und hinterher hatte er einen Herzinfarkt.Kann das bei mir auch sowas sein?"
Da lacht dann das Herz des Schulmediziners!
Er sieht, du hast keinen Durchblick, fürchtest dich wohlmöglich noch, und dann kann er dir erzählen, was du wirklich hast, ist der große Pappa. Komisches Verhalten deinerseits wird dann noch mit deiner Angst erklärt.
Ich will hier nicht, daß alle Leute vor ihren Weißkitteln blöd spielen, gut finde ich ein menschlich gleichberechtigtes Verhältnis,aber als Mittel zum Zweck der Krankschreibung finde ich es bei blöden Ärzten gut, sie bei ihrem Größenwahn zu packen!

BIETE AUCH NEBSÄCHLICHE BESCHWERDEN AN!
REDE NICHT WIE EIN MEDIZINBUCH!

Damit sie was zum Aussuchen haben, ist es günstig ihnen nicht nur die Beschwerden zu erzählen,die bei den jeweiligen Krankheiten angegeben sind, sondern durchaus kleine Nebenbeschwerden, die mit dem typischen Krankheitsbild nichts zu tun haben. Dann kommt auch niemand auf die Idee, du hättest alle deine Angaben aus einem medizinischen Lehrbuch herausgesucht. Solche Kleinigkeiten können unabhängig von jeder Krankheit sein:
- schlechtes Schlafen , - ganz leichte Kopfschmerzen, - Nervosität, -Schlappheit,
- bei Frauen eine unregelmäßige Regel,
- die Tatsache, daß jemand aus der Familie so etwas Ähnliches schon mal öfter gehabt hat,

- ein leichter Gewichtsverlust (2-5Pfund),
- Haarausfall, - brüchige Fingernägel
- das Essen schmeckt nicht mehr so wie sonst,
- und was dir sonst noch so einfällt!

Von diesen Beschwerden solltest du aber nur eine nennen.

Paß auf, daß du nicht als Schwindler/in eingestuft wirst!

Wenn du merkst, daß "dein" Weißkittel dir nicht vertraut,dich nicht länger krankschreiben will, oder dich gar daraufhin anspricht, ob du nicht übertreibst - ja dann ist es die höchste Zeit, den Arzt zu wechseln!!!!!
Soweit solltest du es eigentlich nie kommen lassen,denn wenn so ein Arzt dir mal "Simulant" in die Papiere schreibt,wirst du das so schnell nicht mehr los !!!! Also Vorsicht!
Für normale Ärzte ist es am Besten, wenn sie auch brav glauben, du seist krank und dein Schicksal bedauern.
Manchmal gibt es auch ganz nette, die andeuten, daß sie dir den Urlaub auch gönnen. Zu denen kannst du natürlich auch offener sein. Du mußt nur wissen, daß ein Arzt, wenn du ihm sagst, du habest nichts,wolltest aber krank geschrieben werden, er dich formal juristisch nicht krankschreiben darf. Tut er es dennoch, macht er sich strafbar!!



Tricks und Tips II

Noch einmal zusammengefaßt
die vielen kleinen praktischen Tips,
die euch den Umgang
mit der Ärztebrut erleichtern:

Immer als erstes zum Praktiker (Verzögerung).
Arztbriefe immer öffnen .

wenn du 2 mal hintereinander Lohnfortzahlung kriegen willst, d.h. damit die Kasse nicht zahlen muß und dadurch der Vertrauensarzt häufiger ansteht, mußt du nach spätestens 6 Wochen wieder ein paar Tage arbeiten und dann auf eine völlig andere Krankheit umsteigen, die nicht der ersten ähnelt. Also z.B. nicht erst Sehnescheidenentzündung und dann Tennisellenbogen. Das haut nicht hin!

Wenn du in einer Betriebskrankenkasse (BKK) versichert bist, mußt du dir darüber im klaren sein, daß Arbeitgeber und Krankenkasse iden= tisch sind! Das bedeutet, daß sie auch ein doppeltes Interesse an der Erhaltung deiner Arbeitskraft haben und dieses auch gegen dich ausnutzen: Sie sind mit dem Kontrollarsch sehr schnell bei der Hand, außerdem führen sie unter dem scheinheilig-schwierigen Vor= wand, dir einen Krankenbesuch abstatten zu wollen, regelrechte Kontrollen durch, ob du auch wirklich krank im Bett liegst. Und noch mehr: Durch die unheilige Allianz von Arbeit= geber und Krankenkasse in einer Ausbeuterpfote

geht der Datenschutz restlos flöten. Der Per=
sonalchef kann von der hauseigenen BKK deine
Krankenunterlagen mit Diagnosen etc. direkt
anordern, die sitzen vielleicht sogar im Ne=
benzimmer! /

wenn es sich um einen "Unfall" drehte, kannst du
einen Berufsunfall draus machen: auf dem Weg zur
oder von der Arbeit passiert. Vielleicht günstig
wegen evtl. späterer Entschädigung durch Berufs-
genossenschaft. Mußt dann aber zum Spezialarzt
(D-Arzt) und häufigere Kontrollen des "Heilungs-
verlaufs. Vorher gut überlegen, ob du das willst.

Die Berufsgenossenschaften versuchen immer, die Kosten von sich abzuwenden. Sie suchen nach anderen Schuldigen oder zweifeln den Unfallhergang an. Deshalb machen sie oft noch nach einem halben oder einem Jahr Rückfragen. Die BG Nahrungsmittel und Gaststätten z.B. hat auf diese Weise 79 zwölf Mio. DM aus Regressen zurückgekriegt. Sprecht also eure Aussagen gründlich ab und schreibt euch auf, was ihr ihnen erzählt habt.

falls du vergeßlich bist, mach dir 'nen Ordner
über deine Krankheiten, damit du einen überblick
behälst, zB. gegenüber den Kassen und versicherungen.

frag andere nach ihren Erfahrungen mit der und
der Krankheit. Üb vorher zuhause, auch mit anderen.

wenn du Tabletten gekriegt hast, lies dir den
dazugehörigen Waschzettel durch, damit du weißt,
wieviel du angeblich genommen hast.

bau, wenn es geht, deine früheren Krankheiten
in deine jetzigen Beschwerden mit ein.

geh immer sofort zum Arzt. Erdarf dich höchstens einen Tag rückwirkend krank schreiben.

Was du grundsätzlich untersuchenlassen kannst:

Blut
Stuhl
Urin
Blutdruck
EKG (Herzstromkurve)
EEG (Hirnstromkurve)
Atemfunktionsproben
kleinere Röntgenuntersuchungen, z.B. Schädel, Nasennebenhöhlen, Brustkorb, Wirbelsäule

Röntgenstrahlen sind allerdings immer schädlich. Röntgen von Schädel, Nasennebenhöhlen, Brustkorb, Wirbelsäule, Armen und Beinen bedeuten relativ niedrige Strahlenbelastung. Ihr müßt selbst wissen, wann ihr das in Kauf nehmen wollt. Wenn du den gelben Urlaubsschein nur für zwei Wochen brauchst, kannst du dich weigern, dich röntgen zu lassen. Das tun sogar echt kranke.

Wovor du dich hüten mußt:

größere Röntgenuntersuchungen, z.B. alle Kontrast--darstellungen von inneren Organen, Blutgefäßen, Rückenmark oder gar Gehirn..
Punktionen von Rückenmark oder anderen Körperhöhlen..
Spiegelungen (es sei denn, es ist ausdrücklich vermerkt) von Magen, Darm, Blase, Gebärmutter oder was es sonst noch gibt.
Bei Therapien: Spritzen immer ablehnen!



Da soll's beim "Tennisellenbogen" wehtun – aber komisch, Tennis hab' ich noch nie gespielt....